



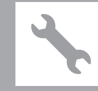
T202
T203
CT7.1

TREADMILL OWNER'S MANUAL
MANUEL DU PROPRIÉTAIRE DU TAPIS ROULANT
MANUAL DEL PROPIETARIO DE LA CAMINADORA



Read the TREADMILL GUIDE before using this OWNER'S MANUAL.
Lire le GUIDE DU TAPIS ROULANT avant de se servir du présent MANUEL DU PROPRIÉTAIRE.
Lea la GUÍA DE LA CAMINADORA antes de usar este MANUAL DEL PROPIETARIO.

ASSEMBLY



⚠ WARNING

There are several areas during the assembly process that special attention must be paid. It is very important to follow the assembly instructions correctly and to make sure all parts are firmly tightened. If the assembly instructions are not followed correctly, the treadmill could have parts that are not tightened and will seem loose and may cause irritating noises. To prevent damage to the treadmill, the assembly instructions must be reviewed and corrective actions should be taken.

Before proceeding, find your treadmill's serial number located on a white barcode sticker near the on/off power switch and power cord and enter it in the space provided below.

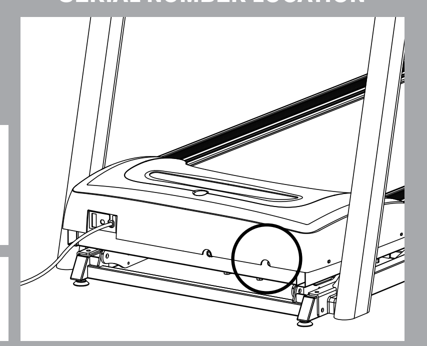
ENTER YOUR SERIAL NUMBER AND MODEL NAME IN THE BOXES BELOW:

SERIAL NUMBER:

TM	

MODEL NAME: **HORIZON** ______ **TREADMILL**

SERIAL NUMBER LOCATION



» Refer to the SERIAL NUMBER and MODEL NAME when calling for service.



IPOD/MP3 PLAYER POCKET

READING RACK

SPEAKERS

TOUCH PAD PANEL AND DISPLAY WINDOWS

CONSOLE FAN

CONSOLE

GRIP PULSE HANDRAILS

WATER BOTTLE HOLDER

ON/OFF SWITCH

SAFETY KEY PLACEMENT

⚠ AVERTISSEMENT

ATTACHER LA PINCE DE LA CLÉ DE SÉCURITÉ AUX VÊTEMENTS AVANT DE METTRE L'APPAREIL EN MARCHE. POUR ÉVITER TOUTE BLESSURE, METTRE LES PIEDS SUR LES RAILS LATÉRAUX AVANT DE LANCER LE TAPIS ROULANT. LIRE ET SUIVRE TOUTES LES INSTRUCTIONS AVANT LA MISE EN MARCHE. TENIR LES ENFANTS ÉLOIGNÉS DE L'APPAREIL. RETIRER LA CLÉ DE SÉCURITÉ LORSQUE L'APPAREIL N'EST PAS UTILISÉ ET LA CONSERVER HORS DE PORTÉE DES ENFANTS. CONSULTER UN MÉDECIN AVANT D'UTILISER CET APPAREIL. EN CAS DE DOULEURS, DE NAUSÉES, DE VERTIGES OU D'ESSOUFFLEMENTS, ARRÊTER IMMÉDIATEMENT TOUT EXERCICE. À L'USAGE DU CLIENT SEULEMENT.

⚠ ADVERTENCIA

SUJETE LA LLAVE DE SEGURIDAD A SU ROPA ANTES DE COMENZAR. PARA EVITAR LESIONES PÁRESE EN LO RIELES LATERALES ANTES DE PONER A FUNCIONAR LA CAMINADORA. LEA Y SIGA LAS INSTRUCCIONES ANTES DE USAR ESTA CAMINADORA. NO DEJE QUE LOS NIÑOS SE ACERQUEN A ESTE EQUIPO. CUANDO NO LA ESTÉ USANDO, SAQUE LA LLAVE DE SEGURIDAD Y GUÁRDELA FUERA DEL ALCANZE DE LOS NIÑOS. CONSULTE A UN MÉDICO ANTES DE USAR ESTE EQUIPO. DEJE DE HACER EJERCICIO SI SIENTE DOLOR, DESMAYO, MAREO O SI LE FALTA EL ALIENTO. ESTE EQUIPO ES SÓLO PARA EL USO DEL CONSUMIDOR.

CIRCUIT BREAKER

POWER CORD

CONSOLE MAST

CAUTION	ATTENTION	PRECAUCIÓN
KEEP HANDS AND FEET AWAY FROM THIS AREA. HIGH-PRESSURE SHOCKS COULD CAUSE BODILY INJURY.	GARDER LES MAINS ET LES PIEDS LOIN DE CETTE REGION. LES AMORTISSEURS HAUTE PRESSION PEUVENT CAUSER DES BLESSURES CORPORELLES.	MANTENGA LAS MANOS Y LOS PIES LEJOS DE ESTA ÁREA. LOS AMORTIGUADORES DE ALTA PRESIÓN PODRÍAN CAUSAR LESIONES.

FOOT LOCK LATCH (UNDERNEATH DECK)

MOTOR COVER

RUNNING BELT / RUNNING DECK

TRANSPORT WHEEL

SIDE RAIL

ROLLER END CAP

1

2

FOOT LOCK LATCH DECAL

UNDERNEATH FOOT LATCH

REAR ROLLER
TENSION/ALIGNMENT BOLTS

TOOLS INCLUDED:

- ☐ 6 mm T-Wrench
- ☐ 5 mm L-Wrench
- ☐ 4 mm T-Wrench

PARTS INCLUDED:

- ☐ 1 Console Assembly
- ☐ 2 Console Masts
- ☐ 2 Console Mast Brackets
- ☐ 4 Hardware Bags
- ☐ 1 Safety Key
- ☐ 1 Audio Adapter Cable
- ☐ 1 Bottle of Silicone Lubricant (for 2 applications)

T202/T203:

- ☐ 4 iPod® Dock Inserts
- ☐ 1 iPod® Dock Rubber Plug

NEED HELP?

If you have questions or if there are any missing parts, contact Customer Tech Support. Contact information is located on the back panel of this manual.

PRE ASSEMBLY



UNPACKING

Place the treadmill carton on a level flat surface. It is recommended that you place a protective covering on your floor. Take CAUTION when handling and transporting this unit. Never open box when it is on its side. Once the banding straps have been removed, do not lift or transport this unit unless it is fully assembled and in the upright folded position, with the lock latch secure. Unpack and assemble the unit where it will be used. The enclosed treadmill is equipped with high-pressure shocks and may spring open if mishandled. Never grab hold of any portion of the incline frame and attempt to lift or move the treadmill.



WARNING

DO NOT ATTEMPT TO LIFT THE TREADMILL! Do not move or lift treadmill from packaging until specified to do so in the assembly instructions. You may remove the plastic wrap from console masts.



WARNING

FAILURE TO FOLLOW THESE INSTRUCTIONS COULD RESULT IN INJURY!

NOTE: During each assembly step, ensure that ALL nuts and bolts are in place and partially threaded in before completely tightening any ONE bolt.

NOTE: A light application of grease may aid in the installation of hardware. Any grease, such as lithium bike grease is recommended.

ASSEMBLY **STEP 1**

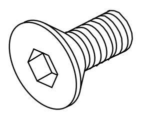


CONSOLE MAST

BOLTS (A)

CONSOLE MAST BRACKET

HARDWARE BAG 1 CONTENTS :



BOLT (A)
10 mm
Qty: 8

A Cut the yellow banding straps and lift the **RUNNING DECK** upward until the **FOOT LATCH** locks. Remove all contents from underneath the running deck.

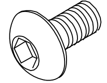
B Open **HARDWARE BAG 1.**

C Attach **CONSOLE MAST BRACKETS** to the **CONSOLE MASTS** using 8 **BOLTS (A).**

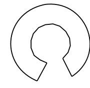
ASSEMBLY **STEP 2**



HARDWARE BAG 2 CONTENTS :



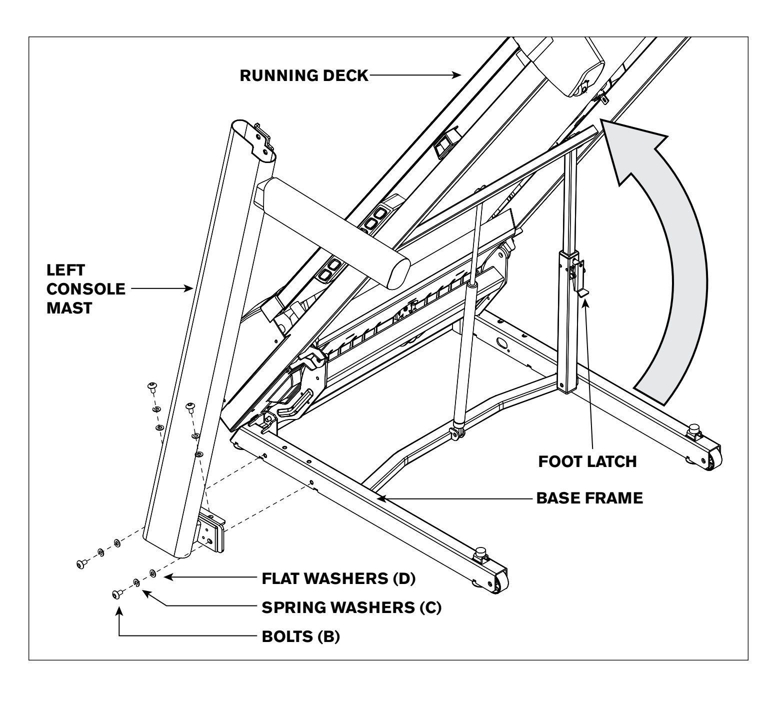
BOLT (B)
20 mm
Qty: 4



SPRING WASHER (C)
15 mm
Qty: 4



FLAT WASHER (D)
15 mm
Qty: 4



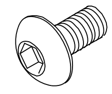
A Open **HARDWARE BAG 2.**

B With the **RUNNING DECK** in the raised position, attach the **LEFT CONSOLE MAST** to the **BASE FRAME** using 4 **BOLTS (B)**, 4 **SPRING WASHERS (C)** and 4 **FLAT WASHERS (D).**



ASSEMBLY **STEP 3**

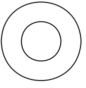
HARDWARE BAG 3 CONTENTS :



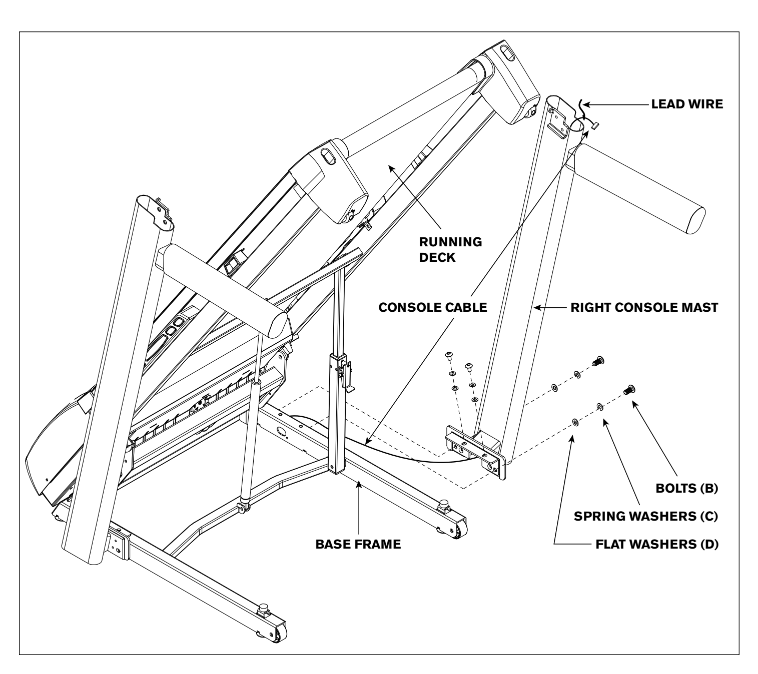
BOLT (B)
20 mm
Qty: 4



SPRING WASHER (C)
15 mm
Qty: 4



FLAT WASHER (D)
15 mm
Qty: 4



A Open **HARDWARE BAG 3.**

B Pull **LEAD WIRE** through **RIGHT CONSOLE MAST.** After pulling the lead wire through the mast, the top of the **CONSOLE CABLE** should be located at the top of the mast. Detach and discard the lead wire.

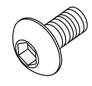
C With the **RUNNING DECK** in the raised position, attach the **RIGHT CONSOLE MAST** to the **BASE FRAME** using 4 **BOLTS (B)**, 4 **SPRING WASHERS (C)** and 4 **FLAT WASHERS (D)**.

NOTE: Be careful not to pinch any wires while assembling the right console mast.

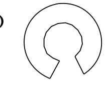
ASSEMBLY **STEP 4**



HARDWARE BAG 4 CONTENTS :



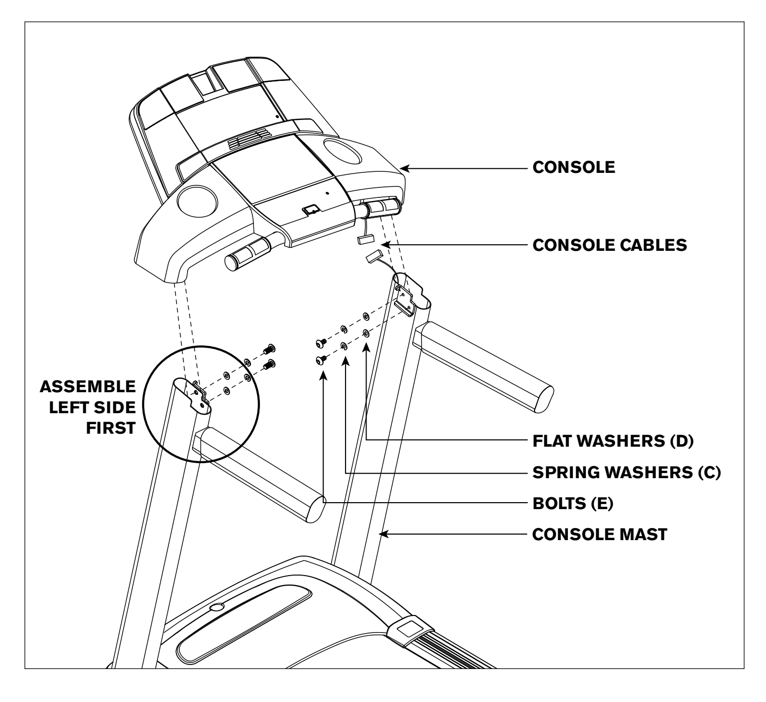
BOLT (E)
15 mm
Qty: 4



SPRING WASHER (C)
15 mm
Qty: 4



FLAT WASHER (D)
15 mm
Qty: 4



A Disengage the **DECK LOCK LATCH** with your foot to lower the **RUNNING DECK.**

B Open **HARDWARE BAG 4.**

C Gently place the **CONSOLE** on top of the **CONSOLE MASTS.** Attach the **LEFT SIDE** first using 2 **BOLTS (E)**, 2 **SPRING WASHERS (C)** and 2 **FLAT WASHERS (D).**

D Connect the **CONSOLE CABLES**, carefully tucking wires in masts to avoid damage.

E Attach the **RIGHT SIDE** of the **CONSOLE** using 2 **BOLTS (E)**, 2 **SPRING WASHERS (C)** and 2 **FLAT WASHERS (D).**

NOTE: Be careful not to pinch any wires while assembling the masts.

F Before the first use, lubricate the treadmill deck by following the instructions in the MAINTENANCE section in the TREADMILL GUIDE.

YOU ARE FINISHED!

TREADMILL OPERATION



This section explains how to use your treadmill's console and programming. The BASIC OPERATION section in the TREADMILL GUIDE has instructions for the following:

- **LOCATION OF THE TREADMILL**
- **USING THE SAFETY KEY**
- **FOLDING THE TREADMILL**
- **MOVING THE TREADMILL**
- **LEVELING THE TREADMILL**
- **TENSIONING THE RUNNING BELT**
- **CENTERING THE RUNNING BELT**
- **USING THE HEART RATE FUNCTION**



N U C D A O B E M Q L

P S P

HORIZON

TIME 8.8:8.8. DISTANCE 8.8:8.8.

CALORIES PULSE

INCLINE 8.8.8.8.8.8.8.8.8.8. SPEED

Nike + iPod

7 % 8 % 9 % 10 % 11 % 12 % 12 MPH 11 MPH 10 MPH 9 MPH 8 MPH 7 MPH

6 % 5 % 4 % 3 % 2 % 1 %

6 MPH 5 MPH 4 MPH 3 MPH 2 MPH 1 MPH

T T

1 SELECT TARGET 2 SELECT WORKOUT ENTER

CURRENT WORKOUT

GOAL CENTER

PRESS TO SET OR VIEW GOAL

FAN CHANGE DISPLAYS

iPod Controls

Back Select

Nike + iPod

INCLINE START STOP SPEED

V

J H F W R G I K



T202 CONSOLE OPERATION

Note: There is a thin protective sheet of clear plastic on the overlay of the console that should be removed before use.

- **A) DISPLAY WINDOWS**: time, distance, calories, heart rate, speed, incline and workout profiles.
- **B) ALPHANUMERIC DISPLAY**: displays goal and program information.
- **C) SELECT TARGET**: press to select your desired target.
- **D) SELECT WORKOUT**: press to select your desired workout.
- **E) GOAL CENTER™**: press to set or view your goal.
- **F) START**: press to begin exercising, start your workout, or resume exercising after pause.
- **G) STOP**: press to pause/end your workout. Hold for 3 seconds to reset the console.
- **H) INCLINE ▲ / ▼ KEYS**: used to adjust incline in small increments (0.5% increments).
- **I) SPEED + / - KEYS**: used to adjust speed in small increments (0.1 MPH increments).
- **J) INCLINE QUICK KEYS**: used to reach desired incline more quickly.
- **K) SPEED QUICK KEYS**: used to reach desired speed more quickly.
- **L) CHANGE DISPLAY**: press to change display feedback during workout.
- **M) ENTER**: used to confirm target and workout settings.
- **N) FAN KEY**: press to turn fan on and off.
- **O) FAN**: personal workout fan.
- **P) SPEAKERS**: music plays through speakers when your CD / MP3 player is connected to the console.
- **Q) AUDIO IN JACK**: plug your CD / MP3 player into the console using the included audio adaptor cable.
- **R) AUDIO OUT / HEADPHONE JACK**: plug your headphones into this jack to listen to your music through the headphones. Note: when headphones are plugged into the headphone jack the sound will no longer come out through the speakers.
- **S) IPOD® DOCKING STATION**: used to dock and charge your iPod (not included).
- **T) WATER BOTTLE POCKETS**: holds personal workout equipment.
- **U) READING RACK**: holds reading material.
- **V) SAFETY KEY POSITION**: enables treadmill when safety key is inserted.
- **W) IPOD® CONTROLS**: press to adjust your attached iPod audio settings. See page 23 for more info.



T203

U C D A O B E M Q W

P S P

HORIZON

HEART RATE
INCLINE
CALORIES
SPEED
TIME
DISTANCE
Nike + iPod

7 % 8 % 9 % 10 % 11 % 12 % 12 MPH 11 MPH 10 MPH 9 MPH 8 MPH 7 MPH
6 % 5 % 4 % 3 % 2 % 1 %
6 MPH 5 MPH 4 MPH 3 MPH 2 MPH 1 MPH

SELECT TARGET
SELECT WORKOUT
CURRENT WORKOUT
ENTER
CUSTOM 1 or 2
GOAL CENTER
PRESS TO SET OR VIEW GOAL
FAN
CHANGE DISPLAYS

T T

iPod Controls
Back
Select
Nike + iPod
INCLINE
START
STOP
SPEED

V

J N H F X R G I L K

T203 CONSOLE OPERATION

Note: There is a thin protective sheet of clear plastic on the overlay of the console that should be removed before use.

- **A) DISPLAY WINDOWS**: time, distance, calories, heart rate, speed, incline and workout profiles.
- **B) ALPHANUMERIC DISPLAY**: displays goal and program information.
- **C) SELECT TARGET**: press to select your desired target.
- **D) SELECT WORKOUT**: press to select your desired workout.
- **E) GOAL CENTER™**: press to set or view your goal.
- **F) START**: press to begin exercising, start your workout, or resume exercising after pause.
- **G) STOP**: press to pause/end your workout. Hold for 3 seconds to reset the console.
- **H) INCLINE ▲ / ▼ KEYS**: used to adjust incline in small increments (0.5% increments).
- **I) SPEED + / - KEYS**: used to adjust speed in small increments (0.1 MPH increments).
- **J) INCLINE QUICK KEYS**: used to reach desired incline more quickly.
- **K) SPEED QUICK KEYS**: used to reach desired speed more quickly.
- **L) CHANGE DISPLAY**: press to change display feedback during workout.
- **M) ENTER**: used to confirm target and workout settings.
- **N) FAN KEY**: press to turn fan on and off.
- **O) FAN**: personal workout fan.
- **P) SPEAKERS**: music plays through speakers when your CD / MP3 player is connected to the console.
- **Q) AUDIO IN JACK**: plug your CD / MP3 player into the console using the included audio adaptor cable.
- **R) AUDIO OUT / HEADPHONE JACK**: plug your headphones into this jack to listen to your music through the headphones. Note: when headphones are plugged into the headphone jack the sound will no longer come out through the speakers.
- **S) IPOD® DOCKING STATION**: used to dock and charge your iPod (not included).
- **T) WATER BOTTLE POCKETS**: holds personal workout equipment.
- **U) READING RACK**: holds reading material.
- **V) SAFETY KEY POSITION**: enables treadmill when safety key is inserted.
- **W) CUSTOM 1 OR 2 KEY**: press to select Custom 1 or Custom 2 program.
- **X) IPOD® CONTROLS**: press to adjust your attached iPod audio settings. See page 23 for more info.





U C D A O B E M Q N

P S P

HORIZON

TIME 88:88.
DISTANCE 88:88.
CALORIES
PULSE
INCLUDE 8.8.8.8.8.8.8.8.8.8. SPEED

7 % 8 % 9 % 10 % 11 % 12 % 12 MPH 11 MPH 10 MPH 9 MPH 8 MPH 7 MPH
6 % 5 % 4 % 3 % 2 % 1 %
6 MPH 5 MPH 4 MPH 3 MPH 2 MPH 1 MPH

1 SELECT TARGET
2 SELECT WORKOUT
CURRENT WORKOUT
ENTER
FAN
GOAL CENTER
PRESS TO SET OR VIEW GOAL

T T

INCLINE
START
CHANGE DISPLAYS
STOP
SPEED + –

V

J H F L R G I K

CT7.1 CONSOLE OPERATION

Note: There is a thin protective sheet of clear plastic on the overlay of the console that should be removed before use.

A) **DISPLAY WINDOWS**: time, distance, calories, heart rate, speed, incline and workout profiles.

B) **ALPHANUMERIC DISPLAY**: displays goal and program information.

C) **SELECT TARGET**: press to select your desired target.

D) **SELECT WORKOUT**: press to select your desired workout.

E) **GOAL CENTER™**: press to set or view your goal.

F) **START**: press to begin exercising, start your workout, or resume exercising after pause.

G) **STOP**: press to pause/end your workout. Hold for 3 seconds to reset the console.

H) **INCLINE ▲ / ▼ KEYS**: used to adjust incline in small increments (0.5% increments).

I) **SPEED + / - KEYS**: used to adjust speed in small increments (0.1 MPH increments).

J) **INCLINE QUICK KEYS**: used to reach desired incline more quickly.

K) **SPEED QUICK KEYS**: used to reach desired speed more quickly.

L) **CHANGE DISPLAY**: press to change display feedback during workout.

M) **ENTER**: used to confirm target and workout settings.

N) **FAN KEY**: press to turn fan on and off.

O) **FAN**: personal workout fan.

P) **SPEAKERS**: music plays through speakers when your CD / MP3 player is connected to the console.

Q) **AUDIO IN JACK**: plug your CD / MP3 player into the console using the included audio adaptor cable.

R) **AUDIO OUT / HEADPHONE JACK**: plug your headphones into this jack to listen to your music through the headphones. Note: when headphones are plugged into the headphone jack the sound will no longer come out through the speakers.

S) **MP3 PLAYER POCKET**: used to store your MP3 player.

T) **WATER BOTTLE POCKETS**: holds personal workout equipment.

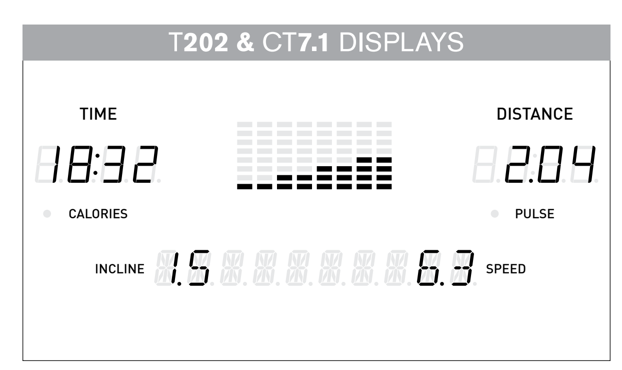
U) **READING RACK**: holds reading material.

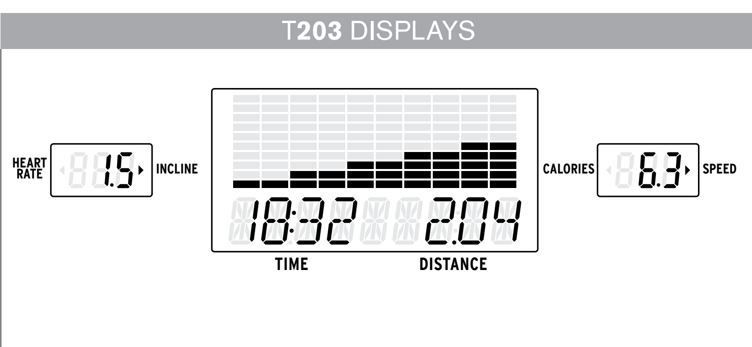
V) **SAFETY KEY POSITION**: enables treadmill when safety key is inserted.











DISPLAY WINDOWS

- **TIME:** Shown as minutes : seconds. View the time remaining or the time elapsed in your workout.
- **DISTANCE:** Shown as miles. Indicates distance traveled or distance remaining during your workout.
- **SPEED:** Shown as MPH. Indicates how fast your walking or running surface is moving.
- **INCLINE:** Shown as percent. Indicates the incline of your walking or running surface.
- **CALORIES:** Total calories burned or calories remaining left to burn during your workout.
- **HEART RATE:** Shown as BPM (beats per minute). Used to monitor your heart rate (displayed when contact is made with both pulse grips).
- **PROGRAM PROFILES:** Represents the profile of the program being used (speed during speed based programs and incline during incline based programs).
- **TARGETS:** Will be displayed in the alphanumeric window on the bottom of the display.
- **WORKOUTS:** Will be displayed in the alphanumeric window on the bottom of the display.

GETTING STARTED

1) Check to make sure no objects are placed on the belt that will hinder the movement of the treadmill.
2) Plug in the power cord and turn the treadmill ON. (The ON/OFF switch is next to the power cord.)
3) Stand on the side rails of the treadmill.
4) Attach the safety key clip to part of your clothing making sure that it is secure and will not become detached during operation.
5) Insert the safety key into the safety keyhole in the console.
6) You have two options to start your workout:

A) QUICK START UP

Simply press the GO/START key to begin working out. Time, distance, and calories will all count up from zero. OR...

B) SELECT A TARGET AND WORKOUT

1) Select GUEST, USER 1 or USER 2 using ARROW keys and press ENTER.
2) Select a TARGET using the SELECT TARGET key.
3) Adjust the TARGET settings using the ARROW keys.
4) Press ENTER to advance.
5) Select a WORKOUT using the SELECT WORKOUT key.
6) Press START to begin workout.

NOTE: If no TARGET or WORKOUT is selected, the program will function as a MANUAL program. All changes in speed and incline will need to be from the user in this setting.



CHANGING YOUR TARGET MID-WORKOUT

You can change your Target “on-the-fly” without losing your current workout stats.

Anytime during your workout, press the SELECT TARGET key until you have selected the new TARGET you would like.

Use the ▲ / ▼ or **+ / –** keys to enter in the value of your new TARGET and press ENTER. All previous workout statistics will be rolled into the new TARGET, so you’ll never miss a beat.

NOTE: If you accidentally press the SELECT TARGET key during a workout, if no buttons are pressed after 5 seconds, the current target will resume.

CHANGING YOUR WORKOUT MID-WORKOUT

You can change your workout while you are in a program.

Anytime during your workout, press the SELECT WORKOUT key until you have selected the new WORKOUT you would like. Press ENTER.

New WORKOUT will begin at the first segment after warm up and all workout statistics will roll over.

NOTE: If you accidentally press the SELECT WORKOUT button during a workout, if no buttons are pressed after 5 seconds the current program will resume.



TARGET PROFILES

TARGET 1 – TIME: Allows user to set a target based on how long they would like to workout. Time targets can range from 15:00 – 99:00. TIME will count down. DISTANCE and CALORIES will count up from zero.

TARGET 2 – DISTANCE: Allows user to set a target based on distance they would like to complete. Distance target can range from 0.25 – 26.25 miles. DISTANCE will count down. TIME and CALORIES will count up from zero.

TARGET 3 – CALORIES: Allows user to set a target based on the number of calories they would like to burn. Calories target can range from 20 – 980 calories. CALORIES will count down. TIME and DISTANCE will count up from zero.

NO TARGET: Allows user to select a workout profile that has no specified time, distance, or calorie target. TIME, DISTANCE, and CALORIES will all count up from zero.

WORKOUT PROFILES

1) **MANUAL**: Adjust your speed and incline manually during your workout.

2) **INTERVALS**: Improves your strength, speed and endurance by increasing and decreasing the speed and incline throughout your workout to involve your heart and other muscles.

Segment	Warm Up		1	2	Segments 1 & 2 repeat until target is complete
Time	4:00 min		90 sec	30 sec	
Speed	1	1.5	2	4	
Incline	1	1.5	0.5	1.5	

NOTE: Adjusting the speed and/or incline during your workout will affect the program intensity resulting in the speed and incline changing accordingly for each program segment.

3) HILLS: Simulates running up and down hills to improve stamina by increasing and decreasing incline.

Segment	Warm Up		1	2	3	4	5	6	7	8	Segments 1–8 repeat until target is complete
Time	4:00 min		30 sec	30 sec	30 sec	30 sec	30 sec	30 sec	30 sec	30 sec	
Incline	1	1.5	2	2.5	3	3.5	4	3.5	3	2.5	

4) WEIGHT LOSS: Promotes weight loss by increasing and decreasing the speed and incline, while keeping you in your fat burning zone.

Segment	Warm Up		1	2	3	4	5	6	7	8	Segments 1–8 repeat until target is complete
Time	4:00 min		30 sec	30 sec	30 sec	30 sec	30 sec	30 sec	30 sec	30 sec	
Speed	1	1.5	2	2.5	3	3.5	4	3.5	3	2.5	
Incline	0	0.5	1.5	1.5	1	0.5	0.5	0.5	1	1.5	

NOTE: Adjusting the speed and/or incline during your workout will affect the program intensity resulting in the speed and incline changing accordingly for each program segment.



USING CUSTOM WORKOUTS (T203 ONLY)

1) Select GUEST, USER 1 or USER 2 using ARROW keys and press ENTER.
2) Press the CUSTOM 1 OR 2 key to select a custom workout.
3) Press SELECT TARGET key to select a time, distance, or calories target. Press ENTER to select desired target.
4) Set each speed profile by using the ▲ / ▼ or **+ / –** keys and press ENTER. Repeat for all 15 speed profiles.
5) Set each incline profile by using the ▲ / ▼ or **+ / –** keys and press ENTER. Repeat for all 15 incline profiles.
6) Press START to begin.



GOAL CENTER™

Research shows that those who create and track their fitness goals, on average, achieve greater success than those who do not. Because your new treadmill is equipped with Horizon's exclusive GOAL CENTER™ Performance Tracker, you've taken an important step towards achieving your fitness goals. GOAL CENTER™ is innovative new software, integrated into your treadmill console, that will allow you to track your fitness goals over time, without the need for paper journals or logs. Read further to learn about how GOAL CENTER™ can help motivate you to enhance your performance.

GOAL CENTER™ SETUP

1) Select USER 1 or USER 2 using the ▲ / ▼ or **+ / –** keys and press ENTER.
2) Press and hold GOAL CENTER™ for approximately five seconds.
3) Press SELECT TARGET key to select time, distance or calorie goal.
4) Use ▲ / ▼ or **+ / –** keys to select goal value and press ENTER.
5) Use the ▲ / ▼ or **+ / –** keys to select the NUMBER OF DAYS to complete the goal.
6) Press ENTER again to exit the setup mode.
   NOTE: These steps can also be used to erase an existing goal and set a new one.

VIEWING GOAL PROGRESS

When logged into your user profile, you can view progress toward your goal by pressing the GOAL CENTER™ key. The console will scroll the remaining time, distance or calories, depending on the goal selected and will also scroll the time remaining to achieve that goal.

NOTE: For workout data to accumulate towards a user's goal, you MUST first select that user before beginning a workout.

TO RESET THE CONSOLE

Hold STOP key for 3 seconds.

FINISHING YOUR WORKOUT

When your workout is complete, the monitor display will flash “FINISHED” and beep. Your workout information will stay displayed on the console for 30 seconds and then reset.

CLEAR CURRENT SELECTION

To clear the current program selection or screen, hold the STOP button for 3 seconds.

USING YOUR CD / MP3 PLAYER



1) Connect the included AUDIO ADAPTOR CABLE to the AUDIO IN JACK on the top right of the console and the headphone jack on your CD / MP3 player.
2) Use your CD / MP3 player buttons to adjust song settings.
3) Remove the AUDIO ADAPTOR CABLE when not in use.
4) If you don’t want to use the SPEAKERS, you can plug your headphones into the AUDIO OUT JACK at the bottom of the console.

Nike + iPod

READY

Connect your Nike Plus-compatible device to the built-in Made for iPod connector on Nike + iPod compatible fitness equipment.

SET

Full console controls and built-in SonicSurround™ speakers make it easy to exercise to your favorite workout playlist.

GO

Start walking or running. Your pace, distance, time, and calories burned are recorded as you go. It's all automatically saved on your iPod or iPhone.

SYNC

When you're done with your workout, connect your iPod or iPhone to your computer. iTunes syncs your workout data to nikeplus.com. Every workout and every run is there, ready for you to review.



NIKE + OPERATION



REQUIREMENTS

Nike Plus – compatible iPod or iPhone (See www.apple.com/nikeplus for more information).

Before syncing your Apple device to your computer, you must first create a free Nike Plus account at www.nikerunning.com and download the latest iTunes software (www.apple.com/itunes).

GETTING STARTED

1) Before connecting your Apple device to the treadmill, you must first turn on Nike Plus on the device.
2) Dock your Apple device and wait for authentication to complete. This may take up to 10 seconds. After authentication is complete, your iPod-specific console controls will be active (see next page).
3) See Console Operation on page 13 and start your workout.
4) If your iPod or iPhone is Nike Plus compatible, your workout will begin recording automatically to your Nike Plus compatible device. The console will display, “RECORDING WORKOUT TO IPOD.”
5) When your workout is complete, the display will verify by displaying “CONGRATULATIONS WORKOUT RECORDED. CONNECT YOUR IPOD TO YOUR COMPUTER AND SEE YOUR WORKOUT AT NIKEPLUS.COM.” If you happen to stop your workout before your workout is complete, press and hold stop for 5 seconds. This will record your data to your Nike Plus-compatible device.
6) Remove your Nike Plus compatible device and sync with iTunes.
7) Log into your Nike Running account to review and track your workouts.



IPOD® DOCKING STATION

The iPod docking station is the entertainment solution for your workouts. Various iPod models with a dock connector can fit this dock. iPhone must be set to Airplane Mode to use the docking station.

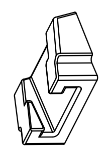
USING THE IPOD DOCKING STATION (IPOD NOT INCLUDED)

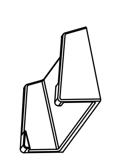
1) Remove the rubber plug from bottom of the docking station.
2) Plug in your iPod by matching the dock connector pin on the treadmill with the dock connector on your iPod. NOTE: Once you have connected the iPod to the docking station, please allow 10 seconds for docking station to authenticate the iPod before it will be fully functional.
3) You can use your iPod dial to adjust song settings. Or you can adjust your volume and song settings using the iPod control keys on the treadmill console. NOTE: If you don't want to use the speakers, you can plug your headphones into the audio out jack at the bottom of the console.

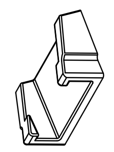
Replace the rubber plug into the bottom of the docking station when the station is not in use.

NOTE: iPod audio will not play through speakers if audio adaptor cable is plugged in while iPod is in the docking station.

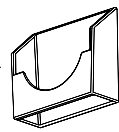


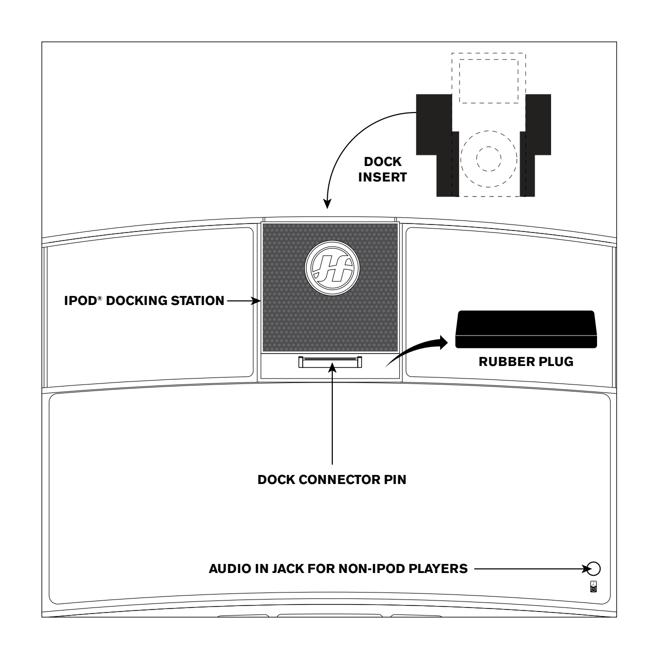


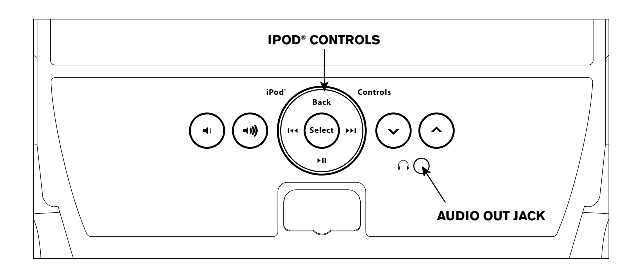












LIMITED HOME-USE WARRANTY





WEIGHT CAPACITY

T202, CT7.1 = 325 lbs (147 kilograms)
T203 = 350 lbs (159 kilograms)

FRAME • LIFETIME

Horizon Fitness warrants the frame against defects in workmanship and materials for the lifetime of the original owner, so long as the device remains in the possession of the original owner. (The frame is defined as the welded metal base of the unit and does not include any parts that can be removed.)

MOTOR • LIFETIME

Horizon Fitness warrants the motor against defects in workmanship and materials for the lifetime of the original owner, so long as the device remains in the possession of the original owner. Labor or installation of motor is not covered under the motor warranty.

ELECTRONICS & PARTS • 1 YEAR (T203 = 2 YEAR)

Horizon Fitness warrants the electronic components, finish and all original parts for a period of one year (T203 = two years) from the date of original purchase, so long as the device remains in the possession of the original owner.

LABOR • 1 YEAR

Horizon Fitness shall cover the labor cost for the repair of the device for a period of one year from the date of the original purchase, so long as the device remains in the possession of the original owner.

EXCLUSIONS AND LIMITATIONS

Who IS covered:

- The original owner and is not transferable.

What IS covered:

- Repair or replacement of a defective motor, electronic component, or defective part and is the sole remedy of the warranty.

What IS NOT covered:

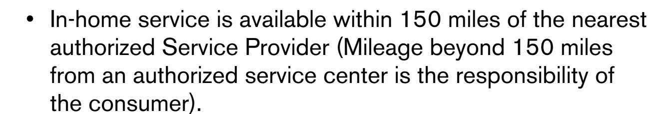
- Normal wear and tear, improper assembly or maintenance, or installation of parts or accessories not originally intended or compatible with the equipment as sold.
- Damage or failure due to accident, abuse, corrosion, discoloration of paint or plastic, neglect, theft, vandalism, fire, flood, wind, lightning, freezing, or other natural disasters of any kind, power reduction, fluctuation or failure from whatever cause, unusual atmospheric conditions, collision, introduction of foreign objects into the covered unit, or modifications that are unauthorized or not recommended by Horizon Fitness.
- Incidental or consequential damages. Horizon Fitness is not responsible or liable for indirect, special or consequential damages, economic loss, loss of property, or profits, loss of enjoyment or use, or other consequential damages of whatsoever nature in connection with the purchase, use, repair or maintenance of the equipment. Horizon Fitness does not provide monetary or other compensation for any such repairs or replacement parts

costs, including but not limited to gym membership fees, work time lost, diagnostic visits, maintenance visits or transportation.

- Equipment used for commercial purposes or any use other than a single family or Household, unless endorsed by Horizon Fitness for coverage.
- Equipment owned or operated outside the US and Canada.
- Delivery, assembly, installation, setup for original or replacement units or labor or other costs associated with removal or replacement of the covered unit.
- Any attempt to repair this equipment creates a risk of injury. Horizon Fitness is not responsible or liable for any damage, loss or liability arising from any personal injury incurred during the course of, or as a result of any repair or attempted repair of your fitness equipment by other than an authorized service technician. All repairs attempted by you on your fitness equipment are undertaken AT YOUR OWN RISK and Horizon Fitness shall have no liability for any injury to the person or property arising from such repairs.
- If you are out of the manufacturer's warranty but have an extended warranty, refer to your extended warranty contract for contact information regarding requests for extended warranty service or repair.

SERVICE/RETURNS

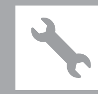




- In-home service is available within 150 miles of the nearest authorized Service Provider (Mileage beyond 150 miles from an authorized service center is the responsibility of the consumer).
- All returns must be pre-authorized by Horizon Fitness.
- Horizon Fitness' obligation under this warranty is limited to replacing or repairing, at Horizon Fitness' option, the same or comparable model.
- Horizon Fitness may request defective components be returned to Horizon Fitness upon completion of warranty service using a prepaid return shipping label. If you have been advised to return parts and did not receive a label, please contact Customer Tech Support.
- Replacement units, parts and electronic components reconditioned to as-new condition by Horizon Fitness or its vendors may sometimes be supplied as warranty replacement and constitute fulfillment of warranty terms.
- This warranty gives you specific legal rights, and your rights may vary from state to state.

FRANÇAIS

ASSEMBLAGE



⚠ AVERTISSEMENT

Le processus de montage comporte certaines étapes au cours desquelles il faut faire particulièrement attention. Il importe de suivre les instructions de montage à la lettre et de s'assurer que toutes les pièces sont bien serrées. Si on ne suit pas correctement les instructions de montage, certaines parties du cadre du tapis roulant pourraient être mal serrées et bouger et elles pourraient causer des bruits irritants. Pour éviter les dommages au tapis roulant, relire les instructions d'assemblage et prendre les mesures correctives qui s'imposent.

Avant de continuer, trouvez le numéro de série du tapis roulant qui est situé sur un autocollant code barres blanc sur le stabilisateur d'avant et entrez-le dans l'espace ci-dessous.

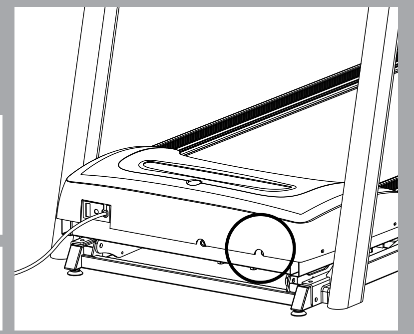
INSCRIRE LE NUMÉRO DE SÉRIE ET LE MODÈLE DANS LES CASES CI-DESSOUS :

NUMÉRO DE SÉRIE :

TM	

MODÈLE : **TAPIS ROULANT HORIZON** ______

EMPLACEMENT DU NUMÉRO DE SÉRIE



» Indiquer le NUMÉRO DE SÉRIE et le MODÈLE lors de tout appel de service.



LOGEMENT D'UN iPOD/BALADEUR MP3

HAUT-PARLEURS

VENTILATEUR DE LA CONSOLE

MAINS COURANTES DU CARDIO-FRÉQUENCEMÈTRE

INTERRUPTEUR MARCHE-ARRÊT

COUPE-CIRCUIT

CORDON D'ALIMENTATION

CAUTION	ATTENTION	PRECAUCIÓN
KEEP HANDS AND FEET AWAY FROM THIS AREA. HIGH-PRESSURE SHOCKS COULD CAUSE BODILY INJURY.	GARDER LES MAINS ET LES PIEDS LOIN DE CETTE REGION. LES AMORTISSEURS HAUTE PRESSION PEUVENT CAUSER DES BLESSURES CORPORELLES.	MANTENGA LAS MANOS Y LOS PIES LEJOS DE ESTA ÁREA. LOS AMORTIGUADORES DE ALTA PRESIÓN PODRÍAN CAUSAR LESIONES.

BANDE/PLATE-FORME

ROULETTE DE TRANSPORT

AUTOCOLLANT DE PÉDALE DE VERROUILLAGE

(SOUS LA PÉDALE DE VERROUILLAGE)

SUPPORT DE LECTURE

CLAVIER TACTILE ET FENÊTRES D'AFFICHAGE

CONSOLE

PORTE-BIDON

EMPLACEMENT DE LA CLÉ DE SÉCURITÉ

⚠ AVERTISSEMENT

ATTACHER LA PINCE DE LA CLÉ DE SÉCURITÉ AUX VÊTEMENTS AVANT DE METTRE L'APPAREIL EN MARCHE. POUR ÉVITER TOUTE BLESSURE, METTRE LES PIEDS SUR LES RAILS LATÉRAUX AVANT DE LANCER LE TAPIS ROULANT. LIRE ET SUIVRE TOUTES LES INSTRUCTIONS AVANT LA MISE EN MARCHE. TENIR LES ENFANTS ÉLOIGNÉS DE L'APPAREIL. RETIRER LA CLÉ DE SÉCURITÉ LORSQUE L'APPAREIL N'EST PAS UTILISÉ ET LA CONSERVER HORS DE PORTÉE DES ENFANTS. CONSULTER UN MÉDECIN AVANT D'UTILISER CET APPAREIL. EN CAS DE DOULEURS, DE NAUSÉES, DE VERTIGES OU D'ESSOUFFLEMENTS, ARRÊTER IMMÉDIATEMENT TOUT EXERCICE. À L'USAGE DU CLIENT SEULEMENT.

⚠ ADVERTENCIA

SUJETE LA LLAVE DE SEGURIDAD A SU ROPA ANTES DE COMENZAR. PARA EVITAR LESIONES PÁRESE EN LO RIELES LATERALES ANTES DE PONER A FUNCIONAR LA CAMINADORA. LEA Y SIGA LAS INSTRUCCIONES ANTES DE USAR ESTA CAMINADORA. NO DEJE QUE LOS NIÑOS SE ACERQUEN A ESTE EQUIPO. CUANDO NO LA ESTÉ USANDO, SAQUE LA LLAVE DE SEGURIDAD Y GUÁRDELA FUERA DEL ALCANZE DE LOS NIÑOS. CONSULTE A UN MÉDICO ANTES DE USAR ESTE EQUIPO. DEJE DE HACER EJERCICIO SI SIENTE DOLOR, DESMAYO, MAREO O SI LE FALTA EL ALIENTO. ESTE EQUIPO ES SÓLO PARA EL USO DEL CONSUMIDOR.

MONTANT DE CONSOLE

PÉDALE DE VERROUILLAGE (SOUS LA PLATE-FORME)

COUVERCLE DU MOTEUR

RAIL LATÉRAL

CHAPEAU D'EXTRÉMITÉ DE ROULEAU

BOULONS DE RÉGLAGE DE LA TENSION ET DE L'ALIGNEMENT DU ROULEAU ARRIÈRE

OUTILS INCLUS :

- ☐ Clé à manche en T, de 6 mm
- ☐ Clé à manche en L, de 5 mm
- ☐ Clé à manche en T, de 4 mm

PIÈCES INCLUSES :

- ☐ 1 ensemble console
- ☐ 2 montants de console
- ☐ 2 supports de montants de console
- ☐ 4 sacs de visserie
- ☐ 1 clé de sécurité
- ☐ 1 câble adaptateur audio
- ☐ 1 bouteille de lubrifiant au silicone (pour 2 applications)

T202/T203 :

- ☐ 4 inserts pour socle de synchronisation du iPod®
- ☐ 1 bouchon de caoutchouc de socle de synchronisation du iPod®

BESOIN D'AIDE ?

En cas de questions ou s'il manque des pièces, s'adresser au service de soutien technique à la clientèle. Les informations pour communiquer avec ce service figurent au verso du présent manuel.

PRÉ-ASSEMBLAGE



DÉBALLAGE

Poser l'emballage du tapis roulant sur une surface plane. Il est conseillé de placer une toile de protection sur le sol. Prendre des PRÉCAUTIONS pour le maniement et le transport de cette unité. Ne jamais ouvrir l'emballage d'expédition s'il repose sur le flanc. Après avoir retiré les bandes de cerclage, ne pas soulever ni transporter l'unité tant qu'elle n'a pas été complètement assemblée en position verticale, repliée et verrouillée. Déballer et assembler l'unité là où elle sera mise en service. Le tapis roulant emballé est équipé d'amortisseurs haute pression; il peut se déployer soudainement en cas de manutention défectueuse. Ne jamais saisir une partie quelconque du cadre d'inclinaison ni tenter de soulever ou de déplacer le tapis roulant.



AVERTISSEMENT

NE PAS ESSAYER DE SOULEVER LE TAPIS ROULANT. Ne pas déplacer le tapis roulant ou le sortir de son emballage avant que ce ne soit spécifié dans les instructions d'assemblage. On peut enlever l'emballage plastique des montants de console.

AVERTISSEMENT

L'INOBSERVATION DE CES INSTRUCTIONS PEUT ÊTRE CAUSE DE BLESSURES.

REMARQUE : S'assurer à chaque étape de l'assemblage que TOUTES les vis et TOUS les écrous sont bien en place et partiellement serrés avant de les serrer à fond.

REMARQUE : Une légère application de graisse peut faciliter l'installation de la quincaillerie. Toute graisse, comme la graisse au lithium pour vélos est recommandée.

ÉTAPE 1 DE L'ASSEMBLAGE

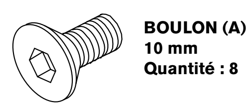


MONTANT DE CONSOLE

BOULONS (A)

SUPPORT DU MONTANT DE CONSOLE

CONTENU DU **SACHET DE VISSERIE 1 :**



BOULON (A)
10 mm
Quantité : 8

A Couper les bandes de cerclage jaunes et relever la **PLATE-FORME** jusqu'à ce que la **PÉDALE DE VERROUILLAGE** s'enclenche. Enlever tout objet qui se trouve sous la plate-forme.

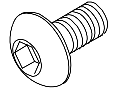
B Ouvrir le **SACHET DE VISSERIE 1**.

C Fixer les **SUPPORTS DE MONTANTS DE CONSOLE** aux **MONTANTS DE CONSOLE** avec 8 **BOULONS (A)**.

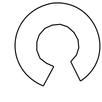
ÉTAPE 2 DE L'ASSEMBLAGE



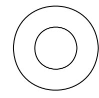
CONTENU DU **SACHET DE VISSERIE 2 :**



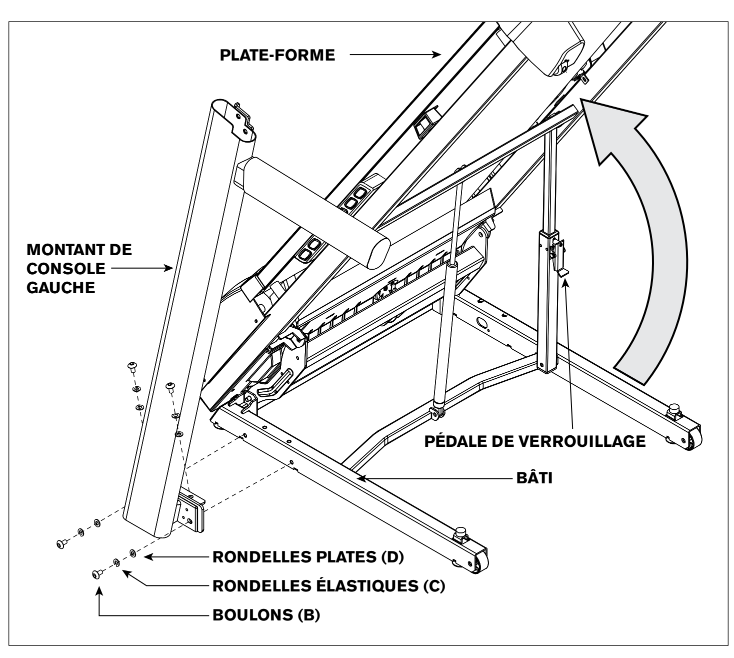
BOULON (B)
20 mm
Quantité : 4



RONDELLE ÉLASTIQUE (C)
15 mm
Quantité : 4



RONDELLE PLATE (D)
15 mm
Quantité : 4



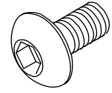
A Ouvrir le **SACHET DE VISSERIE 2**.

B La **PLATE-FORME** relevée, fixer le **MONTANT DE CONSOLE GAUCHE** au **BÂTI** avec 4 **BOULONS (B)**, 4 **RONDELLES ÉLASTIQUES (C)** et 4 **RONDELLES PLATES (D).**

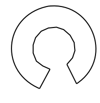


ÉTAPE 3 DE L'ASSEMBLAGE

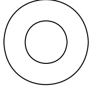
CONTENU DU **SACHET DE VISSERIE 3 :**



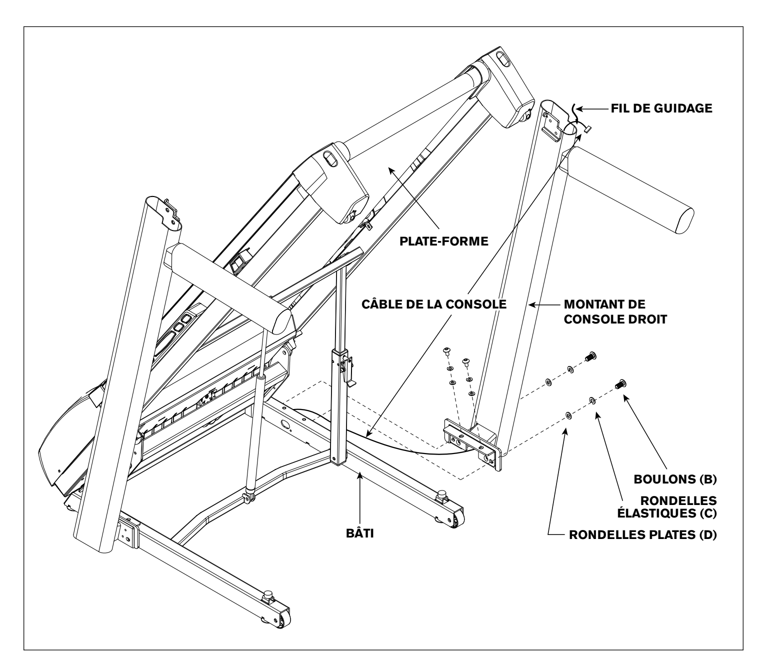
BOULON (B)
20 mm
Quantité : 4



RONDELLE ÉLASTIQUE (C)
15 mm
Quantité : 4



RONDELLE PLATE (D)
15 mm
Quantité : 4



A Ouvrir le **SACHET DE VISSERIE 3**.

B Passer le **FIL DE GUIDAGE** dans le **MONTANT DE CONSOLE DROIT**. Cela fait, le bout du **CÂBLE DE LA CONSOLE** doit se trouver en haut du montant. Détacher le fil de guidage et le mettre au rebut.

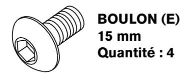
C La **PLATE-FORME** relevée, fixer le **MONTANT DE CONSOLE DROIT** au **BÂTI** avec 4 **BOULONS (B)**, 4 **RONDELLES ÉLASTIQUES (C)** et 4 **RONDELLES PLATES (D)**.

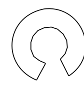
REMARQUE : Veiller à ne pincer aucun des câbles lors de l'assemblage du montant de console droit.

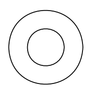
ÉTAPE 4 DE L'ASSEMBLAGE

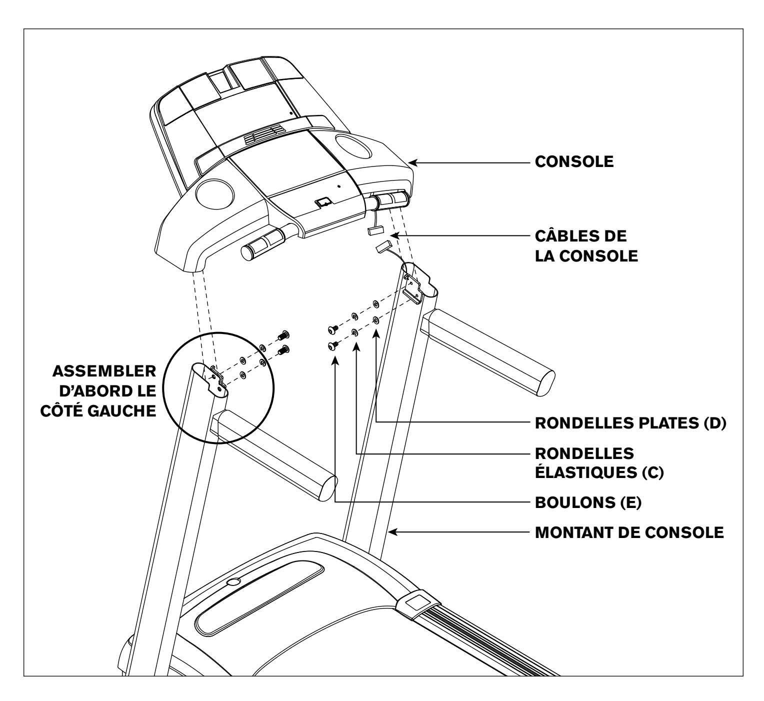


CONTENU DU **SACHET DE VISSERIE 4 :**









A Avec le pied, désenclencher la **PÉDALE DE VERROUILLAGE** pour abaisser la **PLATE-FORME**.

B Ouvrir le **SACHET DE VISSERIE 4.**

C Placer délicatement la **CONSOLE** sur les **MONTANTS DE CONSOLE.** Fixer d'abord le **CÔTÉ GAUCHE** avec 2 **BOULONS (E)**, 2 **RONDELLES ÉLASTIQUES (C)** et 2 **RONDELLES PLATES (D).**

D Connecter les **CÂBLES DE LA CONSOLE**, en les tirant délicatement dans les montants pour éviter tout dommage.

E Fixer le **CÔTÉ DROIT** de la **CONSOLE** avec 2 **BOULONS (E),** 2 **RONDELLES ÉLASTIQUES (C)** et 2 **RONDELLES PLATES (D).**

REMARQUE : Veiller à ne pincer aucun des câbles lors de l'assemblage des montants.

F Avant la première utilisation, il faut lubrifier la plate-forme en suivant les instructions dans la section ENTRETIEN du GUIDE DU TAPIS ROULANT.

TRAVAIL TERMINÉ.

FONCTIONNEMENT DU TAPIS ROULANT



La présente section explique comment utiliser et programmer la console du tapis roulant. La section FONCTIONNEMENT DE BASE du GUIDE DU TAPIS ROULANT comporte des instructions relatives à ce qui suit :

- **EMPLACEMENT DU TAPIS ROULANT**
- **UTILISATION DE LA CLÉ DE SÉCURITÉ**
- **PLIAGE DU TAPIS ROULANT**
- **DÉPLACEMENT DU TAPIS ROULANT**
- **MISE À NIVEAU DU TAPIS ROULANT**
- **TENSIONNEMENT DE LA BANDE**
- **CENTRAGE DE LA BANDE**
- **UTILISATION DU CARDIO-FRÉQUENCEMÈTRE**



N U C D A O B E M Q L

P S P

HORIZON

TIME

DISTANCE

CALORIES

PULSE

INCLINE

SPEED

Nike + iPod

7 % 8 % 9 % 10 % 11 % 12 % 12 MPH 11 MPH 10 MPH 9 MPH 8 MPH 7 MPH

6 % 5 % 4 % 3 % 2 % 1 %

6 MPH 5 MPH 4 MPH 3 MPH 2 MPH 1 MPH

T T

1 SELECT TARGET

2 SELECT WORKOUT

CURRENT WORKOUT

ENTER

GOAL CENTER

PRESS TO SET OR VIEW GOAL

FAN

CHANGE DISPLAYS

iPod Controls

Back

Select

Nike + iPod

INCLINE

START

STOP

SPEED

V

J H F W R G I K

FONCTIONNEMENT DE LA CONSOLE DES MODÈLES T202

Remarque : Avant d'utiliser la console, il faut enlever la fine pellicule protectrice en plastique qui la recouvre.

A) **FENÊTRES D'AFFICHAGE :** Durée, distance, calories, fréquence cardiaque, vitesse, inclinaison et profils d'exercices.

B) **AFFICHAGE ALPHANUMÉRIQUE :** Affiche les informations relatives à l'objectif et au programme choisi.

C) **SELECT TARGET (CHOIX DE L'OBJECTIF) :** Appuyer sur cette touche pour choisir l'objectif voulu.

D) **SELECT WORKOUT (CHOIX DES EXERCICES) :** Appuyer sur cette touche pour choisir les exercices voulus.

E) **GOAL CENTER™ (CENTRE D'OBJECTIFS) :** Appuyer sur cette touche pour fixer ou visualiser l'objectif voulu.

F) **START (MARCHE) :** Appuyer sur cette touche pour commencer à s'exercer, lancer une séance d'entraînement, ou reprendre les exercices après une pause.

G) **STOP (ARRÊT) :** Appuyer sur cette touche pour faire une pause/terminer une séance d'entraînement. Tenir la touche pendant 3 secondes pour réinitialiser la console.

H) **INCLINE ▲ / ▼ (TOUCHES DE RÉGLAGE DE L'INCLINAISON) :** Servent à régler l'inclinaison par petits incréments de 0,5 %.

I) **SPEED + / – (TOUCHES D'AUGMENTATION OU DE RÉDUCTION DE LA VITESSE) :** Servent à régler la vitesse par petits incréments de 0,1 mi/h.

J) **TOUCHES DE RÉGLAGE RAPIDE DE L'INCLINAISON :** Servent à atteindre plus rapidement l'inclinaison voulue.

K) **TOUCHES DE RÉGLAGE RAPIDE DE LA VITESSE :** Servent à atteindre plus rapidement la vitesse voulue.

L) **CHANGE DISPLAYS (CHANGEMENT D'AFFICHAGE) :** Appuyer sur cette touche pour changer les paramètres d'affichage pendant une séance d'entraînement.

M) **ENTER (VALIDATION) :** Cette touche sert à confirmer l'objectif et les réglages d'exercice.

N) **TOUCHE FAN (VENTILATEUR) :** Appuyer sur cette touche pour actionner ou arrêter le ventilateur.

O) **VENTILATEUR :** Ventilateur personnel pour les exercices.

P) **HAUT-PARLEURS :** Diffusent la musique quand un lecteur de CD / baladeur MP3 est connecté à la console.

Q) **PRISE D'ENTRÉE AUDIO :** Brancher un lecteur de CD / baladeur MP3 à la console avec le câble adaptateur audio inclus.

R) **PRISE DE SORTIE AUDIO / PRISE POUR CASQUE D'ÉCOUTE :** Utilisée pour entendre la musique par le casque d'écoute. Remarque : Lorsque le casque d'écoute est enfiché dans la prise correspondante, le son n'est plus envoyé aux haut-parleurs.

S) **LOGEMENT D'UN BALADEUR MP3 :** Sert à ranger un baladeur MP3.

T) **POCHES POUR BOUTEILLE D'EAU :** Contiennent le matériel d'exercice.

U) **SUPPORT DE LECTURE :** Pour poser un magazine ou un livre.

V) **POSITION DE LA CLÉ DE SÉCURITÉ :** Permet au tapis roulant de fonctionner lorsque la clé de sécurité est insérée.

W) **TOUCHES DE COMMANDE DE L'iPOD® :** Appuyer sur ces touches pour ajuster les réglages audio de l'iPod branché. Voir page 52 pour plus ample information.

*L'autocollant pour traduction en français est situé dans le carton d'assemblage



U C D A O B E M Q W

P S P

HORIZON

HEART RATE 888 INCLINE

CALORIES 888 SPEED

TIME DISTANCE

Nike+iPod

7 % 8 % 9 % 10 % 11 % 12 % 12 MPH 11 MPH 10 MPH 9 MPH 8 MPH 7 MPH

6 % 5 % 4 % 3 % 2 % 1 %

6 MPH 5 MPH 4 MPH 3 MPH 2 MPH 1 MPH

SELECT TARGET
SELECT WORKOUT
CURRENT WORKOUT
ENTER
CUSTOM 1 or 2

GOAL CENTER
PRESS TO SET OR VIEW GOAL

T T

FAN
CHANGE DISPLAYS

iPod Controls
Back
Select
Nike+iPod

INCLINE
START
STOP
SPEED

V

J N H F X R G I L K

FONCTIONNEMENT DE LA CONSOLE DU MODÈLE T203

Remarque : Avant d'utiliser la console, il faut enlever la fine pellicule protectrice en plastique qui la recouvre.

A) **FENÊTRES D'AFFICHAGE :** Durée, distance, calories, fréquence cardiaque, vitesse, inclinaison et profils d'exercices.

B) **AFFICHAGE ALPHANUMÉRIQUE :** Affiche les informations relatives à l'objectif et au programme choisi.

C) **SELECT TARGET (CHOIX DE L'OBJECTIF) :** Appuyer sur cette touche pour choisir l'objectif voulu.

D) **SELECT WORKOUT (CHOIX DES EXERCICES) :** Appuyer sur cette touche pour choisir les exercices voulus.

E) **GOAL CENTER™ (CENTRE D'OBJECTIFS) :** Appuyer sur cette touche pour fixer ou visualiser l'objectif voulu.

F) **START (MARCHE) :** Appuyer sur cette touche pour commencer à s'exercer, lancer une séance d'entraînement, ou reprendre les exercices après une pause.

G) **STOP (ARRÊT) :** Appuyer sur cette touche pour faire une pause/terminer une séance d'entraînement. Tenir la touche pendant 3 secondes pour réinitialiser la console.

H) **INCLINE ▲ / ▼ (TOUCHES DE RÉGLAGE DE L'INCLINAISON) :** Servent à régler l'inclinaison par petits incréments de 0,5 %.

I) **SPEED + / – (TOUCHES D'AUGMENTATION OU DE RÉDUCTION DE LA VITESSE) :** Servent à régler la vitesse par petits incréments de 0,1 mi/h.

J) **TOUCHES DE RÉGLAGE RAPIDE DE L'INCLINAISON :** Servent à atteindre plus rapidement l'inclinaison voulue.

K) **TOUCHES DE RÉGLAGE RAPIDE DE LA VITESSE :** Servent à atteindre plus rapidement la vitesse voulue.

L) **CHANGE DISPLAYS (CHANGEMENT D'AFFICHAGE) :** Appuyer sur cette touche pour changer les paramètres d'affichage pendant une séance d'entraînement.

M) **ENTER (VALIDATION) :** Cette touche sert à confirmer l'objectif et les réglages d'exercice.

N) **FAN KEY :** Appuyer sur cette touche pour actionner ou arrêter le ventilateur.

O) **VENTILATEUR :** Ventilateur personnel pour les exercices.

P) **HAUT-PARLEURS :** Diffusent la musique quand un lecteur de CD / baladeur MP3 est connecté à la console.

Q) **PRISE D'ENTRÉE AUDIO :** Brancher un lecteur de CD / baladeur MP3 à la console avec le câble adaptateur audio inclus.

R) **PRISE DE SORTIE AUDIO / PRISE POUR CASQUE D'ÉCOUTE :** Utilisée pour entendre la musique par le casque d'écoute. Remarque : Lorsque le casque d'écoute est enfiché dans la prise correspondante, le son n'est plus envoyé aux haut-parleurs.

S) **SOCLE DE SYNCHRONISATION iPOD® :** Sert à synchroniser et à charger un iPod (non compris).

T) **POCHES POUR BOUTEILLE D'EAU :** Contiennent le matériel d'exercice.

U) **SUPPORT DE LECTURE :** Pour poser un magazine ou un livre.

V) **POSITION DE LA CLÉ DE SÉCURITÉ :** Permet au tapis roulant de fonctionner lorsque la clé de sécurité est insérée.

W) **TOUCHE CUSTOM 1 OR 2 (PERSONNALISATION 1 OU 2) :** Appuyer sur ces touches pour choisir le programme Custom 1 ou Custom 2.

X) **TOUCHES DE COMMANDE DE L'iPOD® :** Appuyer sur ces touches pour ajuster les réglages audio de l'iPod branché. Voir page 52 pour plus ample information.



U C D A O B E M Q N

P S P

HORIZON

TIME

DISTANCE

CALORIES

PULSE

INCLINE

SPEED

7 % 8 % 9 % 10 % 11 % 12 % 12 MPH 11 MPH 10 MPH 9 MPH 8 MPH 7 MPH

6 % 5 % 4 % 3 % 2 % 1 %

6 MPH 5 MPH 4 MPH 3 MPH 2 MPH 1 MPH

T T

1 SELECT TARGET

2 SELECT WORKOUT

CURRENT WORKOUT

ENTER

FAN

GOAL CENTER

PRESS TO SET OR VIEW GOAL

INCLINE

CHANGE DISPLAYS

START

STOP

SPEED

V

J H F L R G I K

FONCTIONNEMENT DE LA CONSOLE DES MODÈLES CT7.1

Remarque : Avant d'utiliser la console, il faut enlever la fine pellicule protectrice en plastique qui la recouvre.





A) FENÊTRES D'AFFICHAGE : Durée, distance, calories, fréquence cardiaque, vitesse, inclinaison et profils d'exercices.

B) AFFICHAGE ALPHANUMÉRIQUE : Affiche les informations relatives à l'objectif et au programme choisi.

C) SELECT TARGET (CHOIX DE L'OBJECTIF) : Appuyer sur cette touche pour choisir l'objectif voulu.

D) SELECT WORKOUT (CHOIX DES EXERCICES) : Appuyer sur cette touche pour choisir les exercices voulus.

E) GOAL CENTER™ (CENTRE D'OBJECTIFS) : Appuyer sur cette touche pour fixer ou visualiser l'objectif voulu.

F) START (MARCHE) : Appuyer sur cette touche pour commencer à s'exercer, lancer une séance d'entraînement, ou reprendre les exercices après une pause.

G) STOP (ARRÊT) : Appuyer sur cette touche pour faire une pause/terminer une séance d'entraînement. Tenir la touche pendant 3 secondes pour réinitialiser la console.

H) INCLINE ▲ / ▼ (TOUCHES DE RÉGLAGE DE L'INCLINAISON) : Servent à régler l'inclinaison par petits incréments de 0,5 %.

I) SPEED + / – (TOUCHES D'AUGMENTATION OU DE RÉDUCTION DE LA VITESSE) : Servent à régler la vitesse par petits incréments de 0,1 mi/h.

J) TOUCHES DE RÉGLAGE RAPIDE DE L'INCLINAISON : Servent à atteindre plus rapidement l'inclinaison voulue.

K) TOUCHES DE RÉGLAGE RAPIDE DE LA VITESSE : Servent à atteindre plus rapidement la vitesse voulue.

L) CHANGE DISPLAYS (CHANGEMENT D'AFFICHAGE) : Appuyer sur cette touche pour changer les paramètres d'affichage pendant une séance d'entraînement.

M) ENTER (VALIDATION) : Cette touche sert à confirmer l'objectif et les réglages d'exercice.

N) TOUCHE FAN (VENTILATEUR) : Appuyer sur cette touche pour actionner ou arrêter le ventilateur.

O) VENTILATEUR : Ventilateur personnel pour les exercices.

P) HAUT-PARLEURS : Diffusent la musique quand un lecteur de CD / baladeur MP3 est connecté à la console.

Q) PRISE D'ENTRÉE AUDIO : Brancher un lecteur de CD / baladeur MP3 à la console avec le câble adaptateur audio inclus.

R) PRISE DE SORTIE AUDIO / PRISE POUR CASQUE D'ÉCOUTE : Utilisée pour entendre la musique par le casque d'écoute. Remarque : Lorsque le casque d'écoute est enfiché dans la prise correspondante, le son n'est plus envoyé aux haut-parleurs.

S) LOGEMENT D'UN BALADEUR MP3 : Sert à ranger un baladeur MP3.

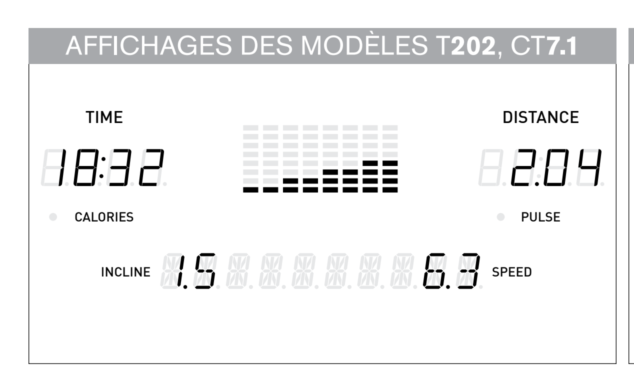
T) POCHES POUR BOUTEILLE D'EAU : Contiennent le matériel d'exercice.

U) SUPPORT DE LECTURE : Pour poser un magazine ou un livre.

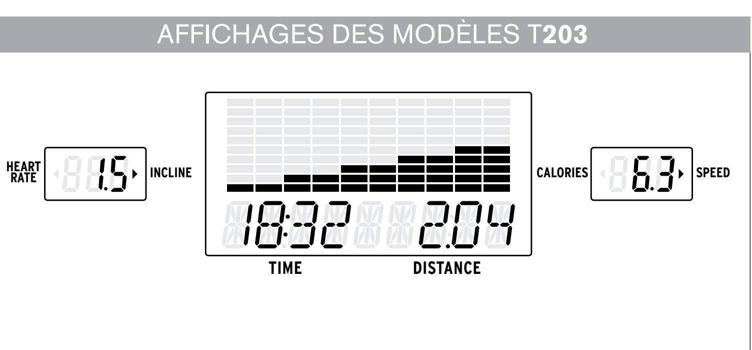
V) POSITION DE LA CLÉ DE SÉCURITÉ : Permet au tapis roulant de fonctionner lorsque la clé de sécurité est insérée.



AFFICHAGES DES MODÈLES T**202**, CT**7.1**



AFFICHAGES DES MODÈLES T**203**



FENÊTRES D'AFFICHAGE

- **TIME (DURÉE) :** Indiquée en minutes et secondes. Affichage de la durée restante ou écoulée des exercices.
- **DISTANCE :** Indiquée en milles. Affichage de la distance parcourue ou de la distance restante à parcourir durant la séance d'entraînement.
- **SPEED (VITESSE) :** Indiquée en mi/h. Affichage de la vitesse de déplacement de la bande.
- **INCLINE (INCLINAISON) :** Affichée sous forme de pourcentage. Indique l'inclinaison de la bande.
- **CALORIES :** Nombre total de calories brûlées ou de calories restant à brûler pendant la séance d'entraînement.
- **HEART RATE (FRÉQUENCE CARDIAQUE) :** Indique les battements par minute. Permet à l'utilisateur de surveiller sa fréquence cardiaque (s'affiche lorsque le contact est établi avec les deux poignées du cardio-fréquencemètre).
- **PROGRAM PROFILES (PROFILS DES PROGRAMMES) :** Représente le profil du programme utilisé (indique la vitesse lors de l'utilisation de programmes basés sur la vitesse, et l'inclinaison lors de l'utilisation de programmes basés sur l'inclinaison).
- **TARGETS (OBJECTIFS) :** L'objectif est affiché dans la fenêtre alphanumérique, à la partie inférieure de l'affichage.
- **WORKOUTS (EXERCICES) :** L'exercice est affiché dans la fenêtre alphanumérique, à la partie inférieure de l'affichage.

POUR COMMENCER

1) S'assurer que rien n'est sur le tapis roulant ou ne risque d'en entraver le mouvement.
2) Brancher le cordon d'alimentation et mettre le tapis roulant sous tension. (L'interrupteur se trouve près du cordon d'alimentation.)
3) Se tenir sur les rails latéraux du tapis roulant.
4) Fixer l'attache de la clé de sécurité à un de ses vêtements et s'assurer qu'elle ne se détache pas du vêtement pendant la séance d'exercise.
5) Insérer la clé de sécurité dans la serrure de la console.
6) Il existe deux options pour commencer une séance d'exercice :

A) MISE EN MARCHE RAPIDE

Il suffit d'appuyer sur la touche START pour commencer à s'exercer. Le décompte de la durée, de la distance et des calories progresse à partir de zéro. OU...

B) CHOISIR UN OBJECTIF ET DES EXERCICES

1) Choisir GUEST, USER 1 ou USER 2 (INVITÉ, UTILISATEUR 1 ou UTILISATEUR 2) à l'aide des touches FLÉCHÉES et appuyer sur la touche ENTER.
2) Choisir un OBJECTIF à l'aide de la touche SELECT TARGET.
3) Ajuster les réglages de l'OBJECTIF l'aide des touches FLÉCHÉES.
4) Appuyer sur la touche ENTER pour passer au réglage suivant.
5) Choisir un EXERCICE à l'aide de la touche SELECT WORKOUT.
6) Appuyer sur la touche START pour commencer à s'exercer.

REMARQUE : Si aucun OBJECTIF ou aucun EXERCICE n'est choisi, le programme fonctionne comme un programme MANUEL. À ce réglage, tous les changements de vitesse et d'inclinaison doivent être apportés par l'utilisateur.



CHANGEMENT D'OBJECTIF EN COURS DE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT

On peut changer d'objectif manuellement sans perdre les statistiques de la séance d'entraînement en cours.

À n'importe quel moment d'une séance d'entraînement, appuyer sur la touche SELECT TARGET jusqu'à ce qu'on ait choisi le nouvel OBJECTIF voulu.

Utiliser les touches ▲/▼ ou **+** / **–** pour entrer la valeur du nouvel OBJECTIF et appuyer sur la touche ENTER. Toutes les statistiques précédentes de la séance d'entraînement sont intégrées au nouvel OBJECTIF, de sorte qu'on ne perd jamais aucune donnée.

REMARQUE : Si on appuie par mégarde sur la touche SELECT TARGET pendant une séance d'entraînement et si on n'appuie sur aucune autre touche dans les 5 secondes qui suivent, l'objectif en cours reste en vigueur.

CHANGEMENT D'EXERCICE EN COURS DE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT

On peut changer d'exercice en cours de programme.

À n'importe quel moment d'une séance d'entraînement, appuyer sur la touche SELECT WORKOUT jusqu'à ce qu'on ait choisi les nouveaux EXERCICES voulus. Appuyer sur la touche ENTER.

Les nouveaux EXERCICES commencent au premier segment après l'échauffement et toutes les statistiques de la séance d'entraînement sont intégrées au nouvel objectif.

REMARQUE : Si on appuie par mégarde sur la touche SELECT WORKOUT pendant une séance d'entraînement et si on n'appuie sur aucune autre touche dans les 5 secondes qui suivent, le programme en cours reste en vigueur.



PROFILS D’OBJECTIFS

TARGET 1 – TIME (OBJECTIF 1 – DURÉE) : Permet à l’utilisateur de fixer un objectif selon le temps qu’il veut consacrer à ses exercices. Les objectifs de durée peuvent aller de 15:00 à 99:00. Décompte régressif de la DURÉE. Le décompte de la DISTANCE et des CALORIES progresse à partir de zéro.

TARGET 2 – DISTANCE (OBJECTIF 2 – DISTANCE) : Permet à l’utilisateur de fixer un objectif selon la distance qu’il veut parcourir. Cet objectif peut aller de 0,25 à 26,25 milles. Décompte régressif de la DISTANCE. Le décompte de la DURÉE et des CALORIES progresse à partir de zéro.

TARGET 3 – CALORIES (OBJECTIF 3 – CALORIES) : Permet à l’utilisateur de fixer un objectif selon le nombre de calories qu’il veut brûler. Cet objectif peut aller de 20 à 980 calories. Décompte régressif des CALORIES. Le décompte de la DURÉE et de la DISTANCE progresse à partir de zéro.

NO TARGET (AUCUN OBJECTIF) : Permet à l’utilisateur de choisir un profil d’exercices sans spécifier d’objectif de durée, de distance ou de nombre de calories à éliminer. Le décompte de la DURÉE, de la DISTANCE et des CALORIES progresse à partir de zéro.

PROFILS D’EXERCICES

1) **MANUAL (MANUEL)** : Réglage manuel de la vitesse et de l’inclinaison au cours de la séance d’entraînement.

2) **INTERVALS (INTERVALLES)** : Accroît la force, la vitesse et l’endurance en élevant et en réduisant la vitesse et l’inclinaison tout au long de la séance d’entraînement, pour faire travailler tant le cœur que les muscles.

Segment	Échauffement		1	2	Les segments 1 et 2 se répètent jusqu’à ce que l’objectif soit atteint.
Durée	4:00 min		90 s	30 s	
Vitesse	1	1.5	2	4	
Inclinaison	1	1.5	0.5	1.5	

REMARQUE : Modifier la vitesse et/ou l’inclinaison durant la séance d’exercice influe sur l’intensité du programme et entraîne un changement correspondant de la vitesse et de l’inclinaison dans chacun des segments du programme.

3) **HILLS (COLLINES) :** Simule la course en montée et en descente pour accroître l’endurance en augmentant et en réduisant l’inclinaison.

Segment	Échauffement		1	2	3	4	5	6	7	8	Les segments 1-8 se répètent jusqu’à ce que l’objectif fixé soit atteint.
Durée	4:00 min		30 s	30 s	30 s	30 s	30 s	30 s	30 s	30 s	
Inclinaison	1	1.5	2	2.5	3	3.5	4	3.5	3	2.5	



4) **WORKOUT 4 – WEIGHT LOSS (ENTRAÎNEMENT 4 - PERTE DE POIDS) :** Favorise la perte de poids en élevant et en réduisant la vitesse et l’inclinaison, tout en maintenant dans la zone où l’on brûle les graisses.

Segment	Échauffement		1	2	3	4	5	6	7	8	Les segments 1-8 se répètent jusqu’à ce que l’objectif fixé soit atteint.
Durée	4:00 min		30 s	30 s	30 s	30 s	30 s	30 s	30 s	30 s	
Vitesse	1	1.5	2	2.5	3	3.5	4	3.5	3	2.5	
Inclinaison	0	0.5	1.5	1.5	1	0.5	0.5	0.5	1	1.5	

REMARQUE : Modifier la vitesse et/ou l’inclinaison durant la séance d’exercice influe sur l’intensité du programme et entraîne un changement correspondant de la vitesse et de l’inclinaison dans chacun des segments du programme.

UTILISATION D’EXERCICES PERSONNALISÉS (T203 UNIQUEMENT)

1) Choisir GUEST, USER 1 ou USER 2 (INVITÉ, UTILISATEUR 1 ou UTILISATEUR 2) à l’aide des touches FLÉCHÉES et appuyer sur la touche ENTER.
2) Appuyer sur la touche CUSTOM 1 OR 2 pour choisir un entraînement personnalisé.
3) Appuyer sur la touche SELECT TARGET pour choisir un objectif de durée, de distance ou d’élimination de calories. Appuyer sur la touche ENTER pour choisir l’objectif voulu.
4) Régler chaque profil de vitesse à l’aide des touches ▲ / ▼ ou **+ / –** et appuyer sur la touche ENTER. Répéter pour les 15 profils de vitesse.
5) Régler chaque profil d’inclinaison à l’aide des touches ▲ / ▼ ou **+ / –** et appuyer sur la touche ENTER. Répéter pour les 15 profils d’inclinaison.
6) Appuyer sur la touche START pour commencer à s’exercer.



GOAL CENTER™

Des recherches ont permis de conclure que ceux qui se fixent des objectifs d'entraînement physique et s'y tiennent, obtiennent en moyenne de meilleurs résultats que ceux qui ne le font pas. L'acquisition de ce nouveau tapis roulant équipé d'un GOAL CENTER™, système de suivi des performances exclusif à Horizon, est une étape importante vers la concrétisation de vos objectifs d'entraînement. Le GOAL CENTER™ est un logiciel novateur intégré à la console du tapis roulant, qui permet de suivre les progrès vers la concrétisation d'objectifs d'entraînement au fil du temps, et dispense d'avoir à tenir manuellement un journal ou un registre. Lire de la documentation pour s'informer davantage sur la manière dont le GOAL CENTER™ peut aider à se motiver pour améliorer ses performances.

RÉGLAGE DU GOAL CENTER™

1) Choisir USER 1 ou USER 2 (UTILISATEUR 1 ou UTILISATEUR 2) à l'aide des touches ▲ / ▼ ou **+ / –** et appuyer sur la touche ENTER.
2) Appuyer sur la touche GOAL CENTER™ et la tenir pendant environ cinq secondes.
3) Appuyer sur la touche SELECT TARGET pour choisir l'objectif de durée, de distance ou d'élimination de calories.
4) Utiliser les touches ▲ / ▼ ou **+ / –** pour choisir la valeur de l'objectif, et appuyer sur la touche ENTER.
5) Utiliser les touches ▲ / ▼ ou **+ / –** pour choisir le NOMBRE DE JOURS nécessaire pour atteindre l'objectif.
6) Appuyer à nouveau sur la touche ENTER pour quitter le mode de réglage.
   REMARQUE : Ces étapes peuvent aussi servir à effacer un objectif en vigueur et à fixer un nouvel objectif.

VISUALISATION DES PROGRÈS VERS LA CONCRÉTISATION D'UN OBJECTIF

Lorsqu'on entre dans le profil d'utilisateur, on peut visualiser les progrès vers la concrétisation de son objectif en appuyant sur la touche GOAL CENTER™. La console fait défiler la durée restante, la distance ou les calories, selon l'objectif choisi et fait aussi défiler la durée restante pour atteindre cet objectif.

REMARQUE : Pour que les données d'une séance d'entraînement soient affectées à l'objectif d'un utilisateur, on DOIT choisir cet utilisateur avant de commencer la séance d'entraînement.



POUR RÉINITIALISER LA CONSOLE

Appuyer sur la touche STOP et la tenir pendant 3 secondes.

FIN D’UNE SÉANCE D’ENTRAÎNEMENT

Lorsque la séance d’entraînement est terminée, le mot « FINISHED » clignote sur l’écran d’affichage et un bip retentit. Les renseignements sur la séance d’entraînement restent affichés pendant 30 secondes avant d’être réinitialisés.

ANNULATION DE LA SÉLECTION ACTUELLE

Pour annuler la sélection du programme ou l’écran actuel, appuyer sur la touche STOP pendant 3 secondes.

UTILISATION D’UN LECTEUR DE CD / BALADEUR MP3



1) Connecter le CÂBLE D’ADAPTATEUR AUDIO fourni à la PRISE D’ENTRÉE AUDIO (à la partie supérieure droite de la console) et à la prise pour casque d’écoute du lecteur de CD / baladeur MP3.

2) Utiliser les touches du lecteur de CD / baladeur MP3 pour régler les caractéristiques de la diffusion.

3) Enlever le CÂBLE D’ADAPTATEUR AUDIO lorsqu’on ne s’en sert pas.

4) Si on ne veut pas utiliser les HAUT-PARLEURS, on peut brancher le casque d’écoute à la PRISE DE SORTIE AUDIO, à la partie inférieure de la console.

Nike + iPod

À VOS MARQUES !
Connecter le dispositif compatible avec Nike Plus au connecteur intégré fabriqué pour iPod de l'équipement de conditionnement physique compatible avec Nike + iPod.

PRÊTS !
Les commandes de console et les haut-parleurs intégrés SonicSurround™ facilitent l'exécution des exercices acompagnés de votre musique favorite.

PARTEZ !
Commencer à marcher ou à courir. Le rythme, la distance, la durée, et le nombre de calories brûlées sont enregistrés au fur et à mesure. Ils sont automatiquement sauvegardés sur le iPod ou le iPhone.

SYNCHRONISEZ
Lorsqu'on a terminé la séance d'exercices, connecter le iPod ou le iPhone à l'ordinateur. Le iTunes synchronise les données de la séance d'exercices à nikeplus.com. Chaque parcours et chaque séance d'exercices est là, prêt(e) à être revu(e).



FONCTIONNEMENT DU NIKE +



IMPÉRATIFS

Nike Plus - iPod ou iPhone compatible (Voir www.apple.com/nikeplus pour d'autre information).

Avant de synchroniser le dispositif Apple à l'ordinateur, on doit créer un compte gratuit Nike Plus à www.nikerunning.com et télécharger le logiciel iTunes le plus récent (www.apple.com/itunes).

POUR COMMENCER

1) Avant de connecter le dispositif Apple au tapis roulant, on doit mettre sous tension ou activer Nike Plus sur le dispositif.
2) Connecter le dispositif Apple et attendre que l'authentification ait lieu. Cela peut prendre jusqu'à 10 secondes. Quand l'authentification a eu lieu, les commandes de console spécifiques iPod sont activées (voir page suivante).
3) Voir Fonctionnement de la console (page 41) et commencer la séance d'exercices.
4) Si le iPod ou le iPhone est compatible avec Nike Plus, la séance d'exercices commence à s'enregistrer automatiquement sur le dispositif compatible avec Nike Plus. Vous allez voir affichez sur la console « RECORDING WORKOUT TO IPOD » (ENREGISTREMENT DE VOTRE EXERCICE SUR VOTRE IPOD) s'affiche.
5) Lorsque la séance d'exercices est terminée, la mention « CONGRATULATIONS WORKOUT RECORDED. CONNECT YOUR IPOD TO YOUR COMPUTER AND SEE YOUR WORKOUT AT NIKEPLUS.COM » (FÉLICITATIONS EXERCICE ENREGISTRÉ. BRANCHE VOTRE IPOD À VOTRE ORDINATEUR POUR VOIR LES DONNÉS DE VOTRE EXERCICE À NIKEPLUS). Si on doit interrompre une séance d'exercices, appuyer sur la touche STOP et la tenir pendant 5 secondes. Cela provoque l'enregistrement des données d'exercice sur le dispositif compatible avec Nike Plus.
6) Enlever le dispositif compatible avec Nike Plus et synchroniser avec iTunes.
7) Vous connectez à votre compte Nike Running pour voir et suivre les exercices.

SOCLE DE SYNCHRONISATION iPOD®

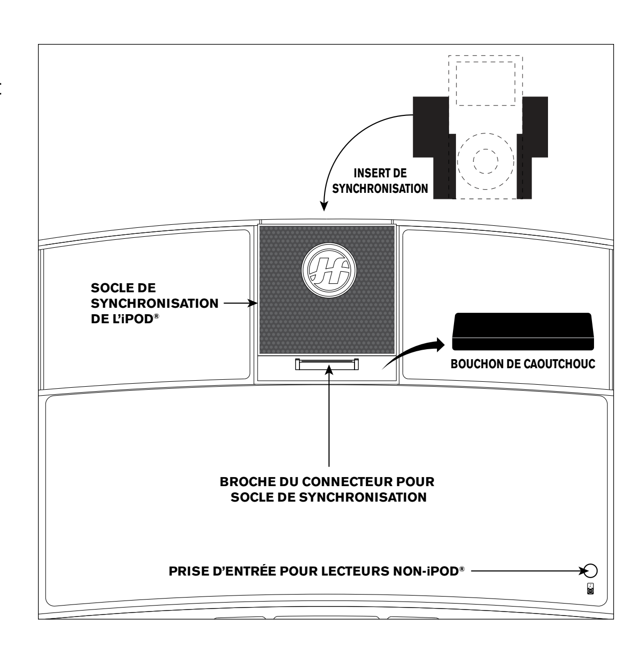
Le socle de synchronisation iPod est la solution de divertissement pendant les séances d'entraînement. Divers modèles de iPod équipés d'un connecteur pour socle de synchronisation peuvent convenir à ce socle de synchronisation. Le iPhone doit être mis en mode « Airplane » (avion) pour que le socle de synchronisation puisse être utilisé.

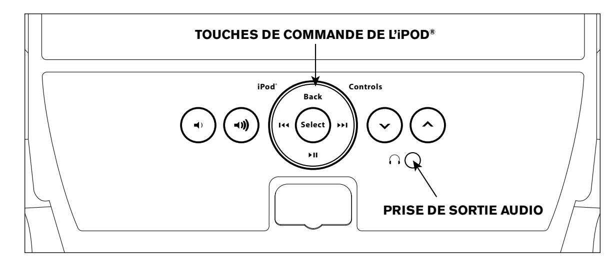
UTILISATION DU SOCLE DE SYNCHRONISATION DE L'iPOD (iPOD NON COMPRIS)

1) Enlever le bouchon de caoutchouc de la partie inférieure du socle de synchronisation.
2) Brancher le iPod par comparer le connecteur pour le socle de synchronisation du tapis roulant avec le connecteur du socle de synchronisation de le iPod. REMARQUE : Après avoir connecté l'iPod au socle de synchronisation, il faut attendre 10 secondes pour que le iPod soit reconnu et totalement fonctionnel.
3) On peut utiliser l'écran de le iPod pour régler les caractéristiques de la diffusion. On peut aussi ajuster le volume et les caractéristiques de la diffusion à l'aide des touches de commande de l'iPod intégrées à la console du tapis roulant. REMARQUE : Si on ne veut pas utiliser les haut-parleurs, on peut brancher les écouter a la prise de sortie audio, à la partie inférieure de la console.

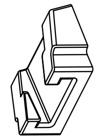
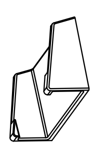
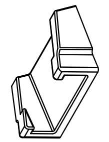
Replacer le bouchon de caoutchouc à la partie inférieure du socle de synchronisation lorsque le socle n'est pas utilisé.

REMARQUE : L'audio de l'iPod n'est pas diffusée par les haut-parleurs si le câble de raccordement audio est branché alors que l'iPod est dans le socle de synchronisation.

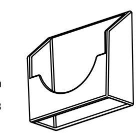




Inserts pour socle de synchronisation du iPod®
Remarque : La taille des inserts pour socle de synchronisation de chaque iPod® est différente.

Insert de synchronisation universel pour baladeurs MP3



GARANTIE LIMITÉE – USAGE DOMESTIQUE





POIDS MAXIMAL DE L'UTILISATEUR

T202, CT7.1 = 147 kg (325 lb)
T203 = 159 kg (350 lb)

CADRE • DURÉE DE VIE

Horizon Fitness garantit le cadre contre les vices de fabrication ou de matériau pendant toute la durée de vie du propriétaire, tant que le propriétaire initial possède l'appareil. (Le cadre se définit comme la base en métal soudé de l'appareil et qui ne comporte aucune pièce amovible.)

MOTEUR • DURÉE DE VIE

Horizon Fitness garantit le moteur contre les vices de fabrication ou de matériau pendant toute la durée de vie du propriétaire, tant que le propriétaire initial possède l'appareil. La main d'œuvre ou l'installation du moteur ne sont pas couvertes par la garantie du moteur.

ÉLECTRONIQUE ET PIÈCES • 1 AN (T203 = 2 ANS)

Horizon Fitness garantit les composants électroniques, la finition et toutes les pièces d'origine pendant un an (T203 = deux ans) à compter de la date de l'achat initial, tant que le propriétaire initial possède l'appareil.

MAIN-D'ŒUVRE • 1 AN

Horizon Fitness prend à sa charge les frais de main-d'œuvre pour la réparation de l'appareil pendant un an à compter de la date de l'achat initial, tant que le propriétaire initial possède l'appareil.

EXCLUSIONS ET LIMITATIONS

Qui EST couvert :

- Le propriétaire initial ; la garantie n'est pas transférable.

Qu'est-ce qui EST couvert :

- La réparation ou le remplacement du moteur défectueux, de composants électroniques défectueux ou de pièces défectueuses. Ils constituent les seuls correctifs au titre de la garantie.

Qu'est-ce qui N'EST PAS couvert :

- L'usure normale, l'assemblage ou l'entretien incorrects ou l'installation de pièces ou d'accessoires incompatibles ou non destinés à l'équipement tel qu'il est vendu.
- Les dommages ou la défaillance dus à un accident, l'utilisation abusive, la corrosion, la décoloration de la peinture ou du plastique, la négligence, le vol, le vandalisme, l'incendie, l'inondation, le vent, la foudre, le gel ou d'autres catastrophes naturelles quelle qu'en soit la nature, une réduction, fluctuation ou défaillance d'alimentation de quelque origine que ce soit, des conditions atmosphériques inhabituelles, une collision, l'introduction d'objets étrangers dans l'unité ou des modifications non autorisées ou non recommandées par Horizon Fitness.
- Les dommages accessoires ou immatériels. Horizon Fitness n'est pas responsable des dommages indirects, spéciaux ou immatériels, des pertes économiques, des pertes matérielles ou de profits, des privations de jouissance ou d'utilisation, ou d'autres dommages

immatériels de quelque nature que ce soit en relation avec l'achat, l'utilisation, la réparation ou l'entretien de l'équipement. Horizon Fitness ne consent aucune compensation monétaire ou autre pour de telles réparations ou le coût des pièces de rechange, y compris notamment les cotisations d'organismes sportifs, pertes de temps de travail, visites de diagnostic, visites d'entretien ou frais de transport.

- Les équipements utilisés à des fins commerciales ou à toutes autres fins que celles d'une famille unique ou d'un foyer, sauf acceptation de la couverture par Horizon Fitness.
- Les équipements détenus ou utilisés hors des États-Unis et du Canada.
- La livraison, l'assemblage, l'installation, le réglage des unités d'origine ou de remplacement ou la main-d'œuvre et les autres frais associés à l'enlèvement ou au remplacement de l'unité couverte.
- Toute tentative de réparation de cet équipement crée un risque de blessure. Horizon Fitness n'est pas responsable des dommages, pertes ou responsabilités découlant de toute blessure subie lors de ou du fait de toute réparation ou tentative de réparation de l'équipement de conditionnement physique par quiconque autre qu'un technicien agréé. Toutes les tentatives de réparation de l'équipement de conditionnement physique par l'utilisateur sont effectuées À SES RISQUES ET PÉRILS. Horizon Fitness décline toute responsabilité en matière de blessures ou de dommages quels qu'ils soient causés par de telles réparations.
- Si la garantie du fabricant est expirée mais si l'appareil bénéficie d'une prolongation de garantie, consulter le contrat de prolongation de garantie pour les ressources relatives aux demandes de service ou de réparation en cas de prolongation de la garantie.

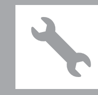


SERVICE/RETOURS

- Le service à domicile est assuré dans un rayon de 240 km par le prestataire de services agréé le plus proche. (Au-delà de cette distance, le kilométrage parcouru est à la charge du client).
- Tout retour doit être pré-approuvé par Horizon Fitness.
- Les obligations de Horizon Fitness en vertu de cette garantie se limitent à la réparation ou au remplacement de l'équipement, à la discrétion de Horizon Fitness, par le même modèle ou un modèle comparable.
- Horizon Fitness peut demander le retour des pièces défectueuses à Horizon Fitness après l'achèvement de la main d'oeuvre sous garantie en utilisant une étiquette de retour timbrée. En cas de besoin d'une étiquette de retour, contacter le soutien technique à la clientèle.
- Les appareils de rechange, les pièces et les composants électroniques remis à neuf par Horizon Fitness ou ses fournisseurs peuvent parfois être fournis comme pièces de rechange et constituent une parfaite application des dispositions de la garantie.
- Cette garantie donne des droits spécifiques. Les droits de l'utilisateur peuvent varier d'une province à l'autre.

ESPAÑOL

ENSAMBLAJE



⚠ ADVERTENCIA

Durante el proceso de ensamblaje de la caminadora hay varias áreas a las que se les debe poner atención especial. Es muy importante seguir las instrucciones de ensamblaje correctamente y asegurarse de que todas las piezas queden bien apretadas. Si no se siguen correctamente las instrucciones de ensamblaje, algunas piezas de la estructura de la caminadora podrían quedar sueltas y causar ruidos irritantes. Para evitar daaños a la caminadora, es necesario repasar las instrucciones de ensamblaje y hacer las correcciones necesarias.

Antes de seguir adelante busque el número de serie de su caminadora, que está colocada cerca del interruptor de encendido y apagado y del cable de corriente, y escríbalo en el espacio disponible a continuación.

ESCRIBA EL NÚMERO DE SERIE Y EL NOMBRE DE MODELO EN LAS SIGUIENTES CASILLAS:

NÚMERO DE SERIE:

TM	

MODELO: **CAMINADORA HORIZON**

» Cuando llame para solicitar servicio haga referencia al NÚMERO DE SERIE y al NOMBRE DE MODELO.



BOLSILLO PARA iPOD/MP3

ESTANTE DE LECTURA

BOCINAS

PANEL DE CONTROL TÁCTIL Y VENTANILLAS DE INDICADORES

VENTILADOR DE CONSOLA

CONSOLA

EMPUÑADURAS CON SENSOR DE PULSO

CAVIDAD PARA BOTELLA DE AGUA

RANURA PARA LA LLAVE DE SEGURIDAD

INTERRUPTOR DE ENCENDIDO Y APAGADO

CORTACIRCUITO

⚠ AVERTISSEMENT

ATTACHER LA PINCE DE LA CLÉ DE SÉCURITÉ AUX VÊTEMENTS AVANT DE METTRE L'APPAREIL EN MARCHE. POUR ÉVITER TOUTE BLESSURE, METTRE LES PIEDS SUR LES RAILS LATÉRAUX AVANT DE LANCER LE TAPIS ROULANT. LIRE ET SUIVRE TOUTES LES INSTRUCTIONS AVANT LA MISE EN MARCHE. TENIR LES ENFANTS ÉLOIGNÉS DE L'APPAREIL. RETIRER LA CLÉ DE SÉCURITÉ LORSQUE L'APPAREIL N'EST PAS UTILISÉ ET LA CONSERVER HORS DE PORTÉE DES ENFANTS. CONSULTER UN MÉDECIN AVANT D'UTILISER CET APPAREIL. EN CAS DE DOULEURS, DE NAUSÉES, DE VERTIGES OU D'ESSOUFFLEMENTS, ARRÊTER IMMÉDIATEMENT TOUT EXERCICE. À L'USAGE DU CLIENT SEULEMENT.

⚠ ADVERTENCIA

SUJETE LA LLAVE DE SEGURIDAD A SU ROPA ANTES DE COMENZAR. PARA EVITAR LESIONES PÁRESE EN LO RIELES LATERALES ANTES DE PONER A FUNCIONAR LA CAMINADORA. LEA Y SIGA LAS INSTRUCCIONES ANTES DE USAR ESTA CAMINADORA. NO DEJE QUE LOS NIÑOS SE ACERQUEN A ESTE EQUIPO. CUANDO NO LA ESTÉ USANDO, SAQUE LA LLAVE DE SEGURIDAD Y GUÁRDELA FUERA DEL ALCANZE DE LOS NIÑOS. CONSULTE A UN MÉDICO ANTES DE USAR ESTE EQUIPO. DEJE DE HACER EJERCICIO SI SIENTE DOLOR, DESMAYO, MAREO O SI LE FALTA EL ALIENTO. ESTE EQUIPO ES SÓLO PARA EL USO DEL CONSUMIDOR.

CABLE DE CORRIENTE

POSTE DE LA CONSOLA

CAUTION	ATTENTION	PRECAUCIÓN
KEEP HANDS AND FEET AWAY FROM THIS AREA. HIGH-PRESSURE SHOCKS COULD CAUSE BODILY INJURY.	GARDER LES MAINS ET LES PIEDS LOIN DE CETTE REGION. LES AMORTISSEURS HAUTE PRESSION PEUVENT CAUSER DES BLESSURES CORPORELLES.	MANTENGA LAS MANOS Y LOS PIES LEJOS DE ESTA ÁREA. LOS AMORTIGUADORES DE ALTA PRESIÓN PODRÍAN CAUSAR LESIONES.

MECANISMO DE BLOQUEO ACCIONADO CON EL PIE (BAJO LA PLATAFORMA)

PLATAFORMA/BANDA PARA CORRER

CUBIERTA DEL MOTOR

RUEDITA DE TRANSPORTE

RIEL LATERAL

TAPA DEL RODILLO

1

2

CALCOMANÍA DE MECANISMO DE BLOQUEO ACCIONADO CON EL PIE

(BAJO EL MECANISMO DE BLOQUEO ACCIONADO CON EL PIE)

TORNILLOS DE ALINEACIÓN Y TENSIÓN DEL RODILLO POSTERIOR

PREENSAMBLAJE



HERRAMIENTAS INCLUIDAS:

- ☐ Llave en T de 6 mm
- ☐ Llave en L de 5 mm
- ☐ Llave en T de 4 mm

PIEZAS INCLUIDAS:

- ☐ 1 conjunto de consola
- ☐ 2 postes de la consola
- ☐ 2 ménsulas de los postes de la consola
- ☐ 4 bolsas de tornillería
- ☐ 1 llave de seguridad
- ☐ 1 cable adaptador de audio
- ☐ 1 botella de lubricante de silicona (para 2 aplicaciones)

T202/T203:

- ☐ 4 insertos para iPod
- ☐ 1 inserto de goma para iPod



¿NECESITA AYUDA?

Si tiene preguntas o si le faltan piezas, póngase en contacto con el servicio de asistencia técnica a clientes. En la contraportada de este manual aparece información adicional de contacto.

DESEMPAQUE

Coloque la caja en que viene la caminadora sobre una superficie plana y nivelada. Le recomendamos colocar una cubierta protectora sobre el piso bajo la máquina. Tenga CUIDADO al transportar y mover esta unidad. No abra la caja cuando esté colocada de costado. Una vez que haya retirado el enfajillado, no levante ni transporte esta unidad a menos que ya esté completamente ensamblada y en la posición doblada vertical, con el mecanismo de bloqueo bien fijo en la posición de cerrado. Desempaque y ensamble la unidad en el lugar en que la vaya a usar. Esta caminadora está equipada con amortiguadores de alta presión que podrían abrirse a presión si se tratan sin cuidado. Nunca sostenga ninguna parte de la estructura que produce la inclinación para levantar o mover la caminadora.

⚠ ADVERTENCIA

¡NO TRATE DE LEVANTAR LA CAMINADORA! No mueva ni levante la caminadora de su embalaje mientras las instrucciones de ensamblaje no le indiquen que lo haga. Puede quitar el protector de plástico de los postes de la consola.

⚠ ADVERTENCIA

¡SI NO CUMPLE CON ESTAS INSTRUCCIONES PODRÍA SUFRIR LESIONES!

NOTA: Durante cada uno de los pasos de ensamblaje asegúrese de que TODAS las tuercas y los pernos estén en su lugar y parcialmente enroscados antes de apretar bien ALGÚN tornillo.

NOTA: Una ligera capa de grasa podría facilitar la instalación de la tornillería. Se recomienda utilizar cualquier tipo de grasa, por ejemplo grasa de litio para bicicletas.



PASO 1 DE ENSAMBLAJE

POSTE DE LA CONSOLA

TORNILLOS (A)

MÉNSULA DEL POSTE DE LA CONSOLA

CONTENIDO DE **LA BOLSA DE TORNILLERÍA 1:**



TORNILLO (A)
10 mm
Cantidad: 8

A Corte el enfajillado amarillo y levante la **PLATAFORMA** hacia arriba, hasta que se enganche el **MECANISMO DE BLOQUEO ACCIONADO POR EL PIE.** Retire todo lo que haya debajo de la plataforma.

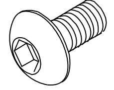
B Abra la **BOLSA DE TORNILLERÍA 1.**

C Instale las **MÉNSULAS DE LOS POSTES DE LA CONSOLA** en los **POSTES DE LA CONSOLA** con 8 **TORNILLOS (A).**

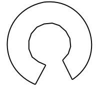
PASO 2 DE ENSAMBLAJE



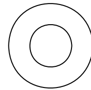
CONTENIDO DE **LA BOLSA DE TORNILLERÍA 2:**



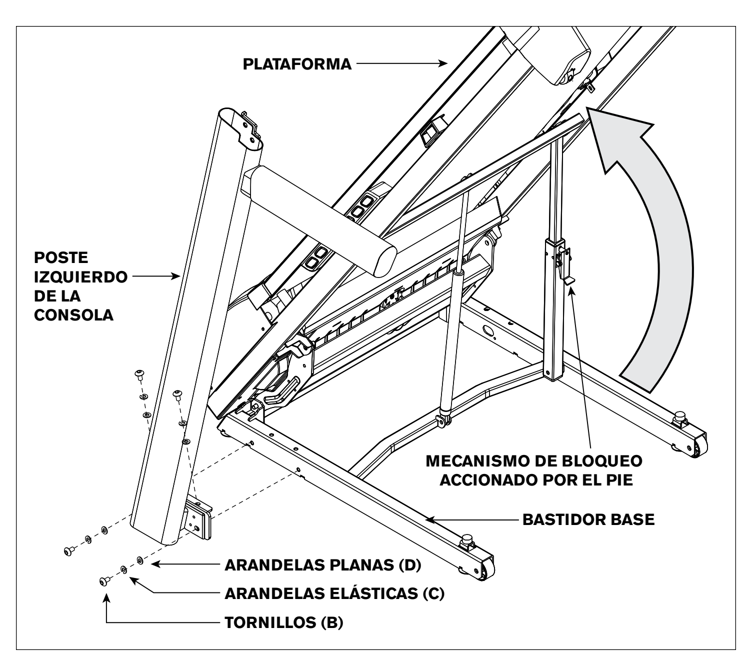
TORNILLO (B)
20 mm
Cantidad: 4



ARANDELA ELÁSTICA (C)
15 mm
Cantidad: 4



ARANDELA PLANA (D)
15 mm
Cantidad: 4



A Abra la **BOLSA DE TORNILLERÍA 2**.

B Con la **PLATAFORMA** hacia arriba, una el **POSTE IZQUIERDO DE LA CONSOLA** al **BASTIDOR BASE** con 4 **TORNILLOS (B)**, 4 **ARANDELAS ELÁSTICAS (C)** y 4 **ARANDELAS PLANAS (D).**



PASO 3 DE ENSAMBLAJE



CONTENIDO DE **LA BOLSA DE TORNILLERÍA 3:**



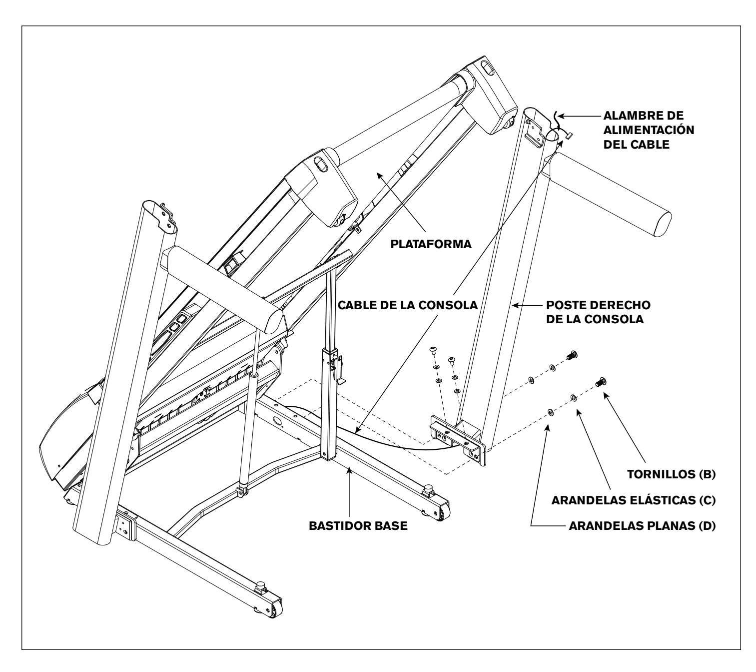
TORNILLO (B)
20 mm
Cantidad: 4



ARANDELA ELÁSTICA (C)
15 mm
Cantidad: 4



ARANDELA PLANA (D)
15 mm
Cantidad: 4



A Abra la **BOLSA DE TORNILLERÍA 3**.

B Meta el **ALAMBRE DE ALIMENTACIÓN DEL CABLE** por el **POSTE DERECHO DE LA CONSOLA**. Una vez que haya pasado todo el alambre de alimentación del cable a través del poste, la punta superior del **CABLE DE LA CONSOLA** debe quedar en la parte superior del poste. Suelte y deseche el alambre de alimentación.

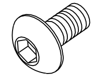
C Con la **PLATAFORMA** hacia arriba, una el **POSTE DERECHO DE LA CONSOLA** al **BASTIDOR BASE** con 4 **TORNILLOS (B)**, 4 **ARANDELAS ELÁSTICAS (C)** y 4 **ARANDELAS PLANAS (D)**.

> NOTA: Tenga cuidado de no pellizcar algún cable al ensamblar el poste derecho de la consola.

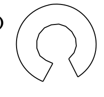
PASO 4 DE ENSAMBLAJE



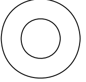
CONTENIDO DE **LA BOLSA DE TORNILLERÍA 4:**



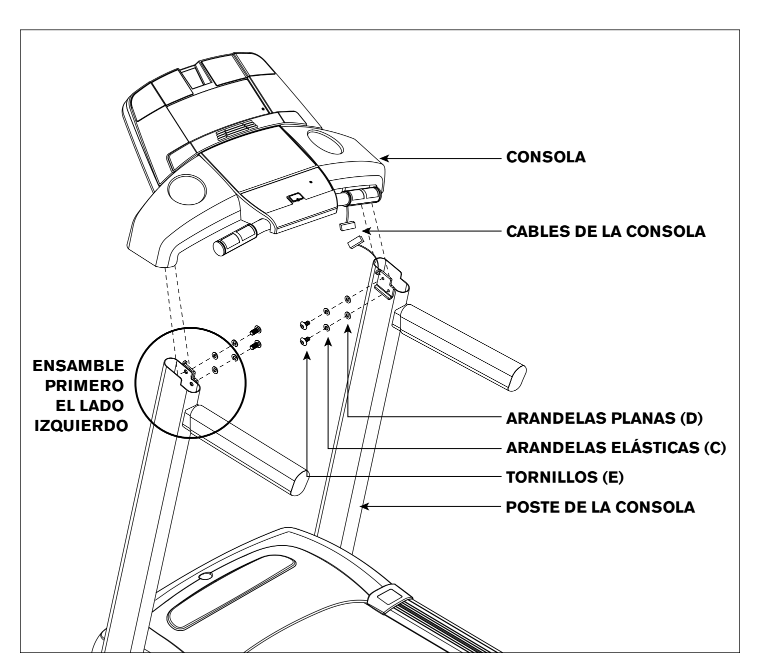
TORNILLO (E)
15 mm
Cantidad: 4



ARANDELA ELÁSTICA (C)
15 mm
Cantidad: 4



ARANDELA PLANA (D)
15 mm
Cantidad: 4



A Con el pie suelte el **MECANISMO DE BLOQUEO DE LA PLATAFORMA** para bajarla.

B Abra la **BOLSA DE TORNILLERÍA 4**.

C Coloque con cuidado la **CONSOLA** sobre los **POSTES DE LA CONSOLA.** Fije primero el **LADO IZQUIERDO** con 2 **TORNILLOS (E)**, 2 **ARANDELAS ELÁSTICAS (C)** y 2 **ARANDELAS PLANAS (D)**.

D Conecte los **CABLES DE LA CONSOLA**, metiendo con cuidado los cables dentro de los postes para evitar que se dañen.

E Fije el **LADO DERECHO** de la **CONSOLA** con 2 **TORNILLOS (E)**, 2 **ARANDELAS ELÁSTICAS (C)** y 2 **ARANDELAS PLANAS (D)**.

NOTA: Tenga cuidado de no pellizcar algún cable al ensamblar los postes.

F Antes de usar la caminadora por primera vez, lubrique la plataforma de la caminadora de acuerdo a las instrucciones en la sección de MANTENIMIENTO en la GUÍA DE LA CAMINADORA.

¡FIN DEL ENSAMBLAJE!

FUNCIONAMIENTO DE LA CAMINADORA



Esta sección explica cómo usar y programar la consola de su caminadora. La sección de FUNCIONAMIENTO BÁSICO en la GUÍA DE LA CAMINADORA contiene instrucciones para lo siguiente:

- **DÓNDE COLOCAR SU CAMINADORA**
- **USO DE LA LLAVE DE SEGURIDAD**
- **PARA LEVANTAR LA CAMINADORA**
- **PARA MOVER LA CAMINADORA**
- **PARA NIVELAR LA CAMINADORA**
- **PARA TENSAR LA BANDA PARA CORRER**
- **PARA CENTRAR LA BANDA PARA CORRER**
- **PARA USAR LA FUNCIÓN DE RITMO CARDÍACO**



N U C D A O B E M Q L

P S P

HORIZON

TIME

8.8:8.8.

CALORIES

DISTANCE

8.8:8.8.

PULSE

INCLINE 8.8.8.8.8.8.8.8.8.8. SPEED

Nike + iPod

7 % 8 % 9 % 10 % 11 % 12 % 12 MPH 11 MPH 10 MPH 9 MPH 8 MPH 7 MPH

6 % 5 % 4 % 3 % 2 % 1 %

6 MPH 5 MPH 4 MPH 3 MPH 2 MPH 1 MPH

1 SELECT TARGET

2 SELECT WORKOUT

CURRENT WORKOUT

ENTER

GOAL CENTER

PRESS TO SET OR VIEW GOAL

T T

FAN

CHANGE DISPLAYS

iPod Controls

Back

Select

Nike + iPod

INCLINE

START

STOP

SPEED

V

J H F W R G I K

FUNCIONAMIENTO DE LA CONSOLA EN LOS MODELOS T202

Nota: La consola tiene una cubierta plástica delgada de protección que es necesario quitar antes de usar la consola.



A) **VENTANILLAS DE INDICADORES:** Tiempo, distancia, calorías, ritmo cardíaco, velocidad, inclinación y perfiles de sesiones de ejercicio.

B) **INDICADOR ALFANUMÉRICO:** Indica la meta y la información del programa.

C) **SELECT TARGET [SELECCIONAR META]:** Oprima para elegir su meta.

D) **SELECT WORKOUT [SELECCIONAR SESIÓN DE EJERCICIO]:** Oprima para elegir su sesión de ejercicio.

E) **GOAL CENTER™ [CENTRO DE METAS]:** Oprima para establecer o ver su meta.

F) **START [INICIAR]:** Oprima para comenzar a hacer ejercicio, para comenzar una sesión específica de ejercicio, o para reiniciar después de una pausa.

G) **STOP [PARAR]:** Oprima para hacer una pausa o terminar su sesión de ejercicio. Sostenga oprimida esta tecla durante 3 segundos para poner en ceros la consola.

H) **INCLINE ▲ / ▼ [TECLAS DE AJUSTE DE INCLINACIÓN]:** Se usan para ajustar la inclinación en pequeños incrementos (de 0.5%).

I) **SPEED + / – [TECLAS DE AJUSTE DE VELOCIDAD]:** Se usan para ajustar la velocidad en pequeños incrementos (de 0.1 millas/hr).

J) **TECLAS RÁPIDAS DE INCLINACIÓN:** Se usan para llegar a la inclinación deseada más rápidamente.

K) **TECLAS RÁPIDAS DE VELOCIDAD:** Se usan para llegar a la velocidad deseada más rápidamente.

L) **CHANGE DISPLAY [CAMBIO DE INFORMACIÓN]:** Oprima para cambiar la información en la pantalla durante la sesión de ejercicio.

M) **ENTER:** Se usa para confirmar los valores meta y de sesión de ejercicio.

N) **FAN [TECLA DE VENTILADOR]:** Oprima para encender o apagar el ventilador.

O) **VENTILADOR:** Ventilador personal para la sesión de ejercicio.

P) **BOCINAS:** Escuche música por las bocinas cuando tenga conectado un reproductor de CD o de MP3 a la consola.

Q) **ENCHUFE DE ENTRADA DE AUDIO:** Conecte su reproductor de CD o de MP3 en la consola con el cable adaptador de audio que se incluye.

R) **ENCHUFE DE SALIDA DE AUDIO / AURICULARES:** Conecte sus auriculares en este enchufe para escuchar la música a través de los auriculares. Nota: Cuando se conectan los auriculares en el enchufe para auriculares, el sonido deja de salir de las bocinas.

S) **BASE DE CONEXIÓN DE iPOD®:** Se usa para colocar, conectar y cargar su iPod (no se incluye).

T) **CAVIDADES PARA BOTELLAS DE AGUA:** Sirven para colocar lo que necesite para su sesión de ejercicio.

U) **ESTANTE DE LECTURA:** Úselo para colocar material de lectura.

V) **RANURA PARA LA LLAVE DE SEGURIDAD:** Permite que la caminadora funcione cuando la llave de seguridad está en su lugar.

W) **CONTROLES PARA iPOD®:** Oprima para controlar sus preferencias de audio en el iPod que haya conectado. Consulte más información en la página 80.



U C D A O B E M Q W

P S P

HORIZON

HEART RATE 888 INCLINE

CALORIES 888 SPEED

TIME DISTANCE

Nike+iPod

7 % 8 % 9 % 10 % 11 % 12 % 12 MPH 11 MPH 10 MPH 9 MPH 8 MPH 7 MPH

6 % 5 % 4 % 3 % 2 % 1 %

6 MPH 5 MPH 4 MPH 3 MPH 2 MPH 1 MPH

T T

SELECT TARGET | SELECT WORKOUT | ENTER | CUSTOM 1 or 2

CURRENT WORKOUT

GOAL CENTER

PRESS TO SET OR VIEW GOAL

FAN

CHANGE DISPLAYS

iPod Controls

Back

Select

Nike+iPod

INCLINE

START

STOP

SPEED

V

J N H F X R G I L K

FUNCIONAMIENTO DE LA CONSOLA EN EL MODELO T203

Nota: La consola tiene una cubierta plástica delgada de protección que es necesario quitar antes de usar la consola.

- **A) VENTANILLAS DE INDICADORES:** Tiempo, distancia, calorías, ritmo cardíaco, velocidad, inclinación y perfiles de sesiones de ejercicio.
- **B) INDICADOR ALFANUMÉRICO:** Indica la meta y la información del programa.
- **C) SELECT TARGET [SELECCIONAR META]:** Oprima para elegir su meta.
- **D) SELECT WORKOUT [SELECCIONAR SESIÓN DE EJERCICIO]:** Oprima para elegir su sesión de ejercicio.
- **E) GOAL CENTER™ [CENTRO DE METAS]:** Oprima para establecer o ver su meta.
- **F) START [INICIAR]:** Oprima para comenzar a hacer ejercicio, para comenzar una sesión específica de ejercicio, o para reiniciar después de una pausa.
- **G) STOP [PARAR]:** Oprima para hacer una pausa o terminar su sesión de ejercicio. Sostenga oprimida esta tecla durante 3 segundos para poner en ceros la consola.
- **H) INCLINE ▲/▼ [TECLAS DE AJUSTE DE INCLINACIÓN]:** Se usan para ajustar la inclinación en pequeños incrementos (de 0.5%).
- **I) SPEED + / – [TECLAS DE AJUSTE DE VELOCIDAD]:** Se usan para ajustar la velocidad en pequeños incrementos (de 0.1 millas/hr).
- **J) TECLAS RÁPIDAS DE INCLINACIÓN:** Se usan para llegar a la inclinación deseada más rápidamente.
- **K) TECLAS RÁPIDAS DE VELOCIDAD:** Se usan para llegar a la velocidad deseada más rápidamente.
- **L) CHANGE DISPLAY [CAMBIO DE INFORMACIÓN]:** Oprima para cambiar la información en la pantalla durante la sesión de ejercicio.
- **M) ENTER:** Se usa para confirmar los valores meta y de sesión de ejercicio.
- **N) FAN [TECLA DE VENTILADOR]:** Oprima para encender o apagar el ventilador.
- **O) VENTILADOR:** Ventilador personal para la sesión de ejercicio
- **P) BOCINAS:** Escuche música por las bocinas cuando tenga conectado un reproductor de CD o de MP3 a la consola.
- **Q) ENCHUFE DE ENTRADA DE AUDIO:** Conecte su reproductor de CD o de MP3 en la consola con el cable adaptador de audio que se incluye.
- **R) ENCHUFE DE SALIDA DE AUDIO / AURICULARES:** Conecte sus auriculares en este enchufe para escuchar la música a través de los auriculares. Nota: Cuando se conectan los auriculares en el enchufe para auriculares, el sonido deja de salir de las bocinas.
- **S) BASE DE CONEXIÓN DE iPOD®:** Se usa para colocar, conectar y cargar su iPod (no se incluye).
- **T) CAVIDADES PARA BOTELLAS DE AGUA:** Sirven para colocar lo que necesite para su sesión de ejercicio.
- **U) ESTANTE DE LECTURA:** Úselo para colocar material de lectura.
- **V) RANURA PARA LA LLAVE DE SEGURIDAD:** Permite que la caminadora funcione cuando la llave de seguridad está en su lugar.
- **W) CUSTOM 1 OR 2 [TECLA PARA PROGRAMAS PERSONALIZADOS 1 Ó 2]:** Oprima para seleccionar el programa personalizado 1 ó 2.
- **X) CONTROLES PARA iPOD®:** Oprima para controlar sus preferencias de audio en el iPod que haya conectado. Consulte más información en la página 80.



U C D A O B E M Q N

P S P

HORIZON

TIME

DISTANCE

CALORIES

PULSE

INCLINE

SPEED

7 % 8 % 9 % 10 % 11 % 12 % 12 MPH 11 MPH 10 MPH 9 MPH 8 MPH 7 MPH

6 % 5 % 4 % 3 % 2 % 1 %

6 MPH 5 MPH 4 MPH 3 MPH 2 MPH 1 MPH

SELECT TARGET

SELECT WORKOUT

CURRENT WORKOUT

ENTER

FAN

GOAL CENTER

PRESS TO SET OR VIEW GOAL

T T

INCLINE

START

CHANGE DISPLAYS

STOP

SPEED

V

J H F L R G I K

FUNCIONAMIENTO DE LA CONSOLA EN LOS MODELOS CT7.1

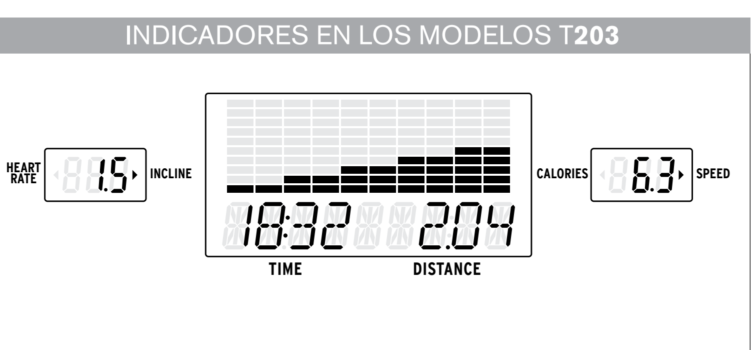
Nota: La consola tiene una cubierta plástica delgada de protección que es necesario quitar antes de usar la consola.



- **A) VENTANILLAS DE INDICADORES:** Tiempo, distancia, calorías, ritmo cardíaco, velocidad, inclinación y perfiles de sesiones de ejercicio.
- **B) INDICADOR ALFANUMÉRICO:** Indica la meta y la información del programa.
- **C) SELECT TARGET [SELECCIONAR META]:** Oprima para elegir su meta.
- **D) SELECT WORKOUT [SELECCIONAR SESIÓN DE EJERCICIO]:** Oprima para elegir su sesión de ejercicio.
- **E) GOAL CENTER™ [CENTRO DE METAS]:** Oprima para establecer o ver su meta.
- **F) START [INICIAR]:** Oprima para comenzar a hacer ejercicio, para comenzar una sesión específica de ejercicio, o para reiniciar después de una pausa.
- **G) STOP [PARAR]:** Oprima para hacer una pausa o terminar su sesión de ejercicio. Sostenga oprimida esta tecla durante 3 segundos para poner en ceros la consola.
- **H) INCLINE ▲ / ▼ [TECLAS DE AJUSTE DE INCLINACIÓN]:** Se usan para ajustar la inclinación en pequeños incrementos (de 0.5%).
- **I) SPEED + / – [TECLAS DE AJUSTE DE VELOCIDAD]:** Se usan para ajustar la velocidad en pequeños incrementos (de 0.1 millas/hr).
- **J) TECLAS RÁPIDAS DE INCLINACIÓN:** Se usan para llegar a la inclinación deseada más rápidamente.
- **K) TECLAS RÁPIDAS DE VELOCIDAD:** Se usan para llegar a la velocidad deseada más rápidamente.
- **L) CHANGE DISPLAY [CAMBIO DE INFORMACIÓN]:** Oprima para cambiar la información en la pantalla durante la sesión de ejercicio.
- **M) ENTER:** Se usa para confirmar los valores meta y de sesión de ejercicio.
- **N) FAN [TECLA DE VENTILADOR]:** Oprima para encender o apagar el ventilador.
- **O) VENTILADOR:** Ventilador personal para la sesión de ejercicio.
- **P) BOCINAS:** Escuche música por las bocinas cuando tenga conectado un reproductor de CD o de MP3 a la consola.
- **Q) ENCHUFE DE ENTRADA DE AUDIO:** Conecte su reproductor de CD o de MP3 en la consola con el cable adaptador de audio que se incluye.
- **R) ENCHUFE DE SALIDA DE AUDIO / AURICULARES:** Conecte sus auriculares en este enchufe para escuchar la música a través de los auriculares. Nota: Cuando se conectan los auriculares en el enchufe para auriculares, el sonido deja de salir de las bocinas.
- **S) BOLSILLO PARA MP3:** Úselo para colocar su reproductor de MP3.
- **T) CAVIDADES PARA BOTELLAS DE AGUA:** Sirven para colocar lo que necesite para su sesión de ejercicio.
- **U) ESTANTE DE LECTURA:** Úselo para colocar material de lectura.
- **V) RANURA PARA LA LLAVE DE SEGURIDAD:** Permite que la caminadora funcione cuando la llave de seguridad está en su lugar.







VENTANILLAS DE INDICADORES

- **TIME [TIEMPO]:** Aparece en minutos: segundos; indica el tiempo restante o el que ha pasado en su sesión de ejercicio.
- **DISTANCE [DISTANCIA]:** Aparece en millas; indica la distancia recorrida o la distancia por recorrer durante su sesión de ejercicio.
- **SPEED [VELOCIDAD]:** Aparece en millas/hora; indica a qué velocidad se mueve la superficie para caminar o correr.
- **INCLINE [INCLINACIÓN]:** Se muestra como porcentaje; indica la inclinación de la superficie para caminar o correr.
- **CALORIES [CALORÍAS]:** Indica el número total de calorías quemadas o por quemar durante su sesión de ejercicio.
- **HEART RATE [RITMO CARDÍACO]:** Aparece como latidos/minuto; indica su ritmo cardíaco (cuando se sujetan ambas empuñaduras con sensor de pulso).
- **PERFILES DE PROGRAMAS:** Representa el perfil del programa que está siendo usado (velocidad durante los programas basados en velocidad e inclinación durante los programas basados en inclinación).
- **TARGETS [METAS]:** La meta se indica en la ventanilla alfanumérica en la parte inferior de la pantalla.
- **WORKOUTS [SESIONES DE EJERCICIO]:** La sesión de ejercicio se indica en la ventanilla alfanumérica en la parte inferior de la pantalla.

PARA EMPEZAR

1) Verifique que no haya objetos en la banda que pudieran impedir el funcionamiento de la caminadora.
2) Conecte el cable de corriente y encienda la caminadora. (El interruptor de encendido y apagado está junto al cable de corriente.)
3) Coloque los pies en los rieles laterales de la caminadora.
4) Sujete el broche de la llave de seguridad en alguna parte de su ropa, y asegúrese de que quede bien sujeto y de que no se pueda soltar durante su sesión de ejercicio.
5) Introduzca la llave de seguridad en su ranura en la consola.
6) Tiene dos opciones para comenzar su sesión de ejercicio:

A) INICIO RÁPIDO

Simplemente oprima la tecla de inicio START para comenzar a hacer ejercicio. El tiempo, la distancia y las calorías comienzan a contar a partir de cero. O...

B) SELECCIONE UNA META Y UNA SESIÓN DE EJERCICIO

1) Seleccione GUEST (invitado), USER 1 (usuario 1) o USER 2 (usuario 2) por medio de las teclas de FLECHAS, y oprima ENTER.
2) Seleccione una meta por medio de la tecla SELECT TARGET.
3) Regule los valores de su meta por medio de las teclas de FLECHAS.
4) Oprima ENTER para seguir adelante.
5) Seleccione una SESIÓN DE EJERCICIO por medio de la tecla SELECT WORKOUT.
6) Oprima la tecla de inicio START para que dé inicio la sesión de ejercicio.

NOTA: Si no selecciona una META o una SESIÓN DE EJERCICIO, el programa funciona en la modalidad manual. En esta modalidad el usuario debe hacer todos los cambios de velocidad e inclinación que desee.



PARA CAMBIAR SU META UNA VEZ INICIADA LA SESIÓN DE EJERCICIO

Puede cambiar su meta sin necesidad de detenerse y sin perder las estadísticas de su sesión de ejercicio actual.

En cualquier momento durante su sesión de ejercicio oprima la tecla SELECT TARGET hasta que aparezca la nueva META que desee.

Use las teclas ▲/▼ o + / – para registrar el valor de su nueva META y oprima ENTER. Todos los datos estadísticos anteriores serán transferidos a la nueva META, para que usted no pierda nada de información.

NOTA: Si accidentalmente oprime la tecla SELECT TARGET durante una sesión de ejercicio, pero no oprime ninguna otra tecla durante 5 segundos, la meta actual seguirá activa.

PARA CAMBIAR EL PROGRAMA UNA VEZ INICIADA SU SESIÓN DE EJERCICIO

Puede cambiar su sesión de ejercicio incluso al estar ya realizando un programa.

En cualquier momento durante su sesión de ejercicio, oprima la tecla SELECT WORKOUT hasta que aparezca el nuevo programa de SESIÓN DE EJERCICIO que desee. Oprima ENTER.

El nuevo programa de SESIÓN DE EJERCICIO comienza durante el primer segmento después del periodo de calentamiento, y todos los datos estadísticos de su sesión de ejercicio serán transferidos.

NOTA: Si accidentalmente oprime la tecla SELECT WORKOUT durante una sesión de ejercicio, pero no oprime ninguna otra tecla durante 5 segundos, su programa de sesión de ejercicio actual seguirá activo.



PERFILES DE METAS

TARGET 1 – TIME [META 1 - TIEMPO]: Le permite al usuario establecer una meta basada en el tiempo que debe durar su sesión de ejercicio. La meta de tiempo se puede establecer entre 15:00 y 99:00 minutos. El TIEMPO se cuenta en forma regresiva. La DISTANCIA y las CALORÍAS comienzan a contarse a partir de cero.

TARGET 2 – DISTANCE [META 2 - DISTANCIA]: Le permite al usuario establecer una meta basada en la distancia que desea cubrir. La meta de distancia se puede establecer de 0.25 a 26.25 millas. La DISTANCIA se cuenta en forma regresiva. El TIEMPO y las CALORÍAS comienzan a contarse a partir de cero.

TARGET 3 – CALORIES [META 3 - CALORÍAS]: Le permite al usuario establecer una meta basada en el número de calorías que desea quemar. Esta meta se puede establecer de 20 a 980 calorías. Las CALORÍAS se cuentan en forma regresiva. El TIEMPO y la DISTANCIA comienzan a contarse a partir de cero.

NO TARGET [NINGUNA META]: Le permite al usuario seleccionar un perfil de sesión de ejercicio sin una meta específica de tiempo, distancia o calorías. El TIEMPO, la DISTANCIA y las CALORÍAS comienzan a contarse a partir de cero.

PERFILES DE SESIONES DE EJERCICIOS

1) **MANUAL:** Ajuste la velocidad y la inclinación manualmente durante su sesión de ejercicio.

2) **INTERVALS (INTERVALOS):** Le ayuda a mejorar su fuerza, velocidad y resistencia al aumentar y disminuir la velocidad y la inclinación durante toda su sesión de ejercicio para que participen mejor su corazón y otros músculos.

Segmento	Calentamiento		1	2	Los segmentos 1 y 2 se repiten hasta que se llega a la meta.
Tiempo	4:00 min		90 seg	30 seg	
Velocidad	1	1.5	2	4	
Inclinación	1	1.5	0.5	1.5	

NOTA: Al hacer ajustes de velocidad o de inclinación durante su sesión de ejercicio se afecta la intensidad del programa, lo que hace que cambie la velocidad y la inclinación de acuerdo a cada uno de los segmentos del programa.

3) HILLS (COLINAS): Al aumentar o disminuir la inclinación, simula subir y bajar colinas para mejorar la resistencia o el aguante.

Segmento	Calentamiento		1	2	3	4	5	6	7	8	Los segmentos del 1 al 8 se repiten hasta que se llega a la meta.
Tiempo	4:00 min		30 seg	30 seg	30 seg	30 seg	30 seg	30 seg	30 seg	30 seg	
Inclinación	1	1.5	2	2.5	3	3.5	4	3.5	3	2.5	



4) WEIGHT LOSS (CONTROL DE PESO): Le ayuda a bajar de peso al aumentar y disminuir la velocidad y la inclinación, al mismo tiempo que le mantiene a usted en su zona óptima para quemar grasa.

Segmento	Calentamiento		1	2	3	4	5	6	7	8	Los segmentos del 1 al 8 se repiten hasta que se llega a la meta.
Tiempo	4:00 min		30 seg	30 seg	30 seg	30 seg	30 seg	30 seg	30 seg	30 seg	
Velocidad	1	1.5	2	2.5	3	3.5	4	3.5	3	2.5	
Inclinación	0	0.5	1.5	1.5	1	0.5	0.5	0.5	1	1.5	

NOTA: Al hacer ajustes de velocidad o de inclinación durante su sesión de ejercicio se afecta la intensidad del programa, lo que hace que cambie la velocidad y la inclinación de acuerdo a cada uno de los segmentos del programa.

PARA USAR SESIONES DE EJERCICIO PERSONALIZADAS (SÓLO EN EL MODELO T203)

1) Seleccione GUEST (invitado), USER 1 (usuario 1) o USER 2 (usuario 2) por medio de las teclas de FLECHAS, y oprima ENTER.
2) Oprima la tecla CUSTOM 1 OR 2 para seleccionar un programa personalizado de sesión de ejercicio.
3) Oprima la tecla SELECT TARGET para elegir una meta de tiempo, distancia o calorías. Oprima ENTER para seleccionar la meta deseada.
4) Defina cada perfil de velocidad por medio de las teclas ▲/▼ o **+ / –** y oprima ENTER. Repita con el resto de los 15 perfiles de velocidad.
5) Defina cada perfil de inclinación por medio de las teclas ▲/▼ o **+ / –** y oprima ENTER. Repita con el resto de los 15 perfiles de inclinación.
6) Oprima la tecla START para comenzar.

GOAL CENTER™ [CENTRO DE METAS]



Se ha demostrado por medio de investigaciones que aquellas personas que crean y dan seguimiento a sus metas de salud física, en promedio obtienen más éxito que quienes no lo hacen. Ya que su caminadora está equipada con el exclusivo sistema para dar seguimiento a sus resultados por medio del centro de metas GOAL CENTER™ de Horizon, usted ha dado un paso importante para alcanzar sus metas de salud física. GOAL CENTER™ es un nuevo software innovador, integrado a la consola de su caminadora, que le permite dar seguimiento a sus metas de salud física al paso del tiempo, sin necesidad de llenar bitácoras en papel. Lea más para que se entere cómo GOAL CENTER™ le puede ayudar a mantenerse motivado para mejorar sus resultados.

PARA CONFIGURAR EL GOAL CENTER™

1) Seleccione USER 1 o USER 2 (USUARIO 1 o USUARIO 2) por medio de las teclas ▲ / ▼ o **+ / –** y oprima ENTER.
2) Oprima y mantenga oprimida la tecla GOAL CENTER™ durante aproximadamente 5 segundos.
3) Oprima la tecla SELECT TARGET para seleccionar su meta de tiempo, distancia o calorías.
4) Use las teclas ▲ / ▼ o **+ / –** para seleccionar el valor de la meta y oprima ENTER.
5) Use las teclas ▲ / ▼ o **+ / –** para seleccionar el NÚMERO DE DÍAS para llegar a esa meta.
6) Oprima ENTER de nuevo para salir del modo de configuración.
   NOTA: Estos pasos también se pueden usar para eliminar una meta anterior y establecer una nueva.

PARA VER EL PROGRESO PARA ALCANZAR LA META

Cuando esté registrado en su perfil de usuario, puede observar su progreso para llegar a la meta que se haya propuesto con sólo oprimir la tecla GOAL CENTER™. La consola circula para indicar el tiempo, la distancia o las calorías restantes de acuerdo a la meta seleccionada y también le indica el tiempo restante para llegar a dicha meta.

NOTA: Para que los datos de las sesiones de ejercicio se acumulen para alcanzar la meta de un usuario, ES NECESARIO que primero se seleccione a dicho usuario antes de comenzar cada una de las sesiones de ejercicio.

PARA PONER LA CONSOLA EN CEROS

Oprima la tecla de paro STOP durante 3 segundos.



PARA TERMINAR SU SESIÓN DE EJERCICIO

La pantalla centellea la palabra "FINISHED" y emite un sonido para indicarle que ha terminado su sesión de ejercicio. La información de su sesión de ejercicio aparece en la consola durante 30 a 45 segundos y luego se borra.

PARA ELIMINAR LA SELECCIÓN ACTUAL

Para eliminar la selección actual de programa o para borrar la pantalla, sostenga oprimida la tecla de paro STOP de 3 a 5 segundos.

PARA USAR SU REPRODUCTOR DE CD / MP3

1) Conecte el CABLE ADAPTADOR DE AUDIO, que incluimos, al ENCHUFE DE ENTRADA DE AUDIO que está en el lado derecho superior de la consola y al enchufe para auriculares de su reproductor de CD / MP3.
2) Use las teclas de su reproductor de CD / MP3 para hacer los ajustes necesarios de sonido y de elección de piezas musicales.
3) Retire el CABLE ADAPTADOR DE AUDIO cuando no lo esté usando.
4) Si no quiere usar las BOCINAS de la caminadora, puede conectar sus auriculares en el ENCHUFE DE SALIDA DE AUDIO que está en la parte inferior de la consola.

T202
T203

Nike + iPod

EN SUS MARCAS

Conecte su dispositivo compatible con Nike Plus al conector incorporado para iPod (Made for iPod) en equipos de acondicionamiento físico compatibles con Nike + iPod.

LISTO

Los controles en la consola y las bocinas incorporadas SonicSurround™ facilitan hacer ejercicio acompañado de su música favorita.

FUERA

Comience a caminar o a correr. Su ritmo, distancia, tiempo, y calorías quemadas se van grabando mientras hace ejercicio. Esta información se guarda automáticamente en su iPod o iPhone.

SINCRONIZAR

Cuando termine de hacer su sesión de ejercicio, conecte su iPod o iPhone a su computadora. iTunes sincroniza los datos de su sesión de ejercicio a nikeplus.com. Cada sesión de ejercicio aparece ahí, lista para que usted la revise.



FUNCIONAMIENTO DE NIKE +



T202
T203

REQUISITOS

Nike Plus – compatible con iPod o iPhone (favor the consultar la página www.apple/nikeplus para más información).

Antes de sincronizar su dispositivo Apple a su computadora, primero debe crear una cuenta Nike Plus en www.nikerunning.com y descargar el software más reciente de iTunes (www.apple.com/itunes).

PARA EMPEZAR

1) Antes de conectar su dispositivo Apple a la caminadora, primero debe encender o activar gratis Nike Plus en el dispositivo.
2) Conecte su dispositivo Apple a la base de conexión, y espere a que se realice el proceso de autenticación. Esto puede tomar hasta 10 segundos. Una vez que haya terminado el proceso de autenticación, los controles específicos al iPod quedan activos (vea la próxima página).
3) Vea “Funcionamiento de la consola” en la página 69, y comience su sesión de ejercicio.
4) Si su iPod o iPhone es compatible con Nike Plus, su sesión de ejercicio comienza a grabar en forma automática a su dispositivo compatible con Nike Plus. La consola señalará lo siguiente “RECORDING WORKOUT TO IPOD”.
5) Cuando termine su sesión de ejercicio, la pantalla lo verifica con el siguiente aviso “CONGRATULATIONS WORKOUT RECORDED. CONNECT YOUR IPOD TO YOUR COMPUTER AND SEE YOUR WORKOUT AT NIKEPLUS”. Si usted suspende su sesión de ejercicio antes de terminarla, oprima y sostenga oprimida la tecla de paro STOP durante 5 segundos. Así se graban sus datos de la sesión a su dispositivo compatible con Nike Plus.
6) Retire su dispositivo compatible con Nike Plus y haga la sincronización con iTunes.
7) Entre en su cuenta Nike Running para revisar y seguir el progreso de sus sesiones de ejercicio.



BASE DE CONEXIÓN DE iPOD®

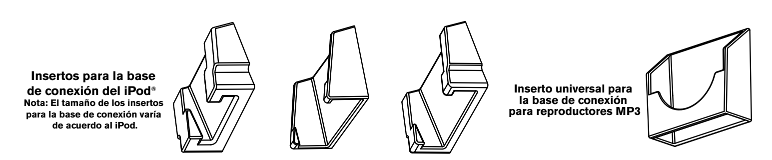
La base de conexión de iPod es la solución óptima de entretenimiento para sus sesiones de ejercicio. Varios modelos de iPod con un conector de base de conexión se adaptan a esta base. El iPhone debe estar en el modo de avión (Airplane Mode) para poder usarlo en la base de conexión.

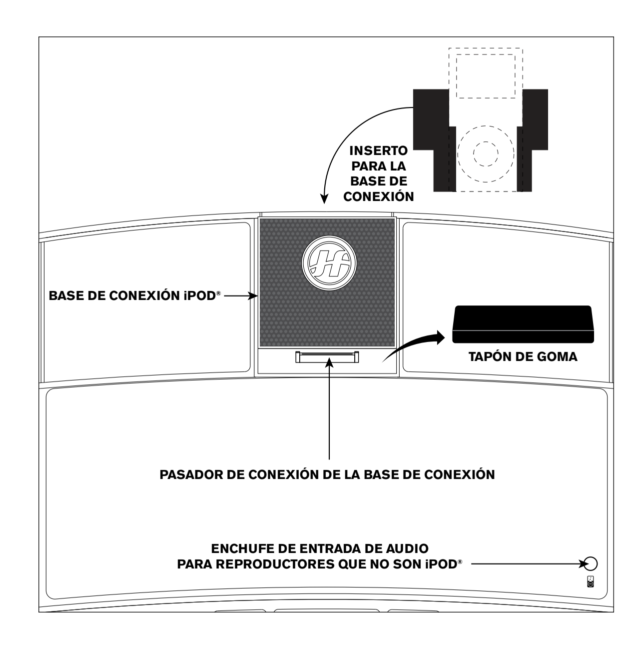
PARA USAR LA BASE DE CONEXIÓN DE iPOD (EL iPOD NO ESTÁ INCLUIDO)

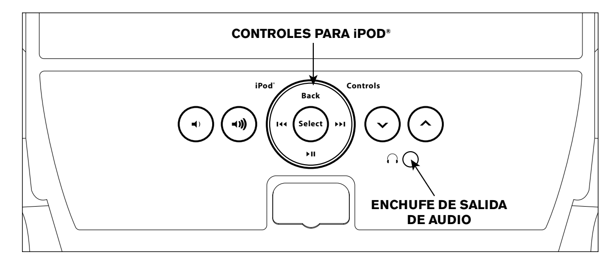
1) Retire el tapón de goma de la parte inferior de la base de conexión.
2) Conecte su iPod emparejando el pasador de conexión de la base de conexión en la caminadora con el conector de su iPod. NOTA: por favor espere por lo menos 10 segundos para que la base de su iPod se sincronicen y funcione correctamente.
3) Puede usar el disco de su iPod para regular la elección de piezas musicales. También puede regular el volumen y la elección de piezas musicales por medio de los controles para el iPod en la consola de la caminadora. NOTA: Si no quiere usar las bocinas de la caminadora, puede conectar sus auriculares en el enchufe de salida de audio que está en la parte inferior de la consola.

Vuelva a colocar el tapón de goma en la parte inferior de la base de conexión cuando no la esté usando.

NOTA: El audio del iPod no suena por las bocinas si se conecta el cable adaptador de audio mientras el iPod está en la base de conexión.







GARANTÍA LIMITADA PARA USO EN EL HOGAR





CAPACIDAD DE PESO

T202, CT7.1 = 325 lb (147 kg)
T203 = 350 lb (159 kg)

BASTIDOR • DE POR VIDA
Horizon Fitness garantiza al propietario original, de por vida, el bastidor contra defectos de fabricación y materiales, siempre y cuando el aparato permanezca en posesión del propietario original. (El bastidor se define como la base de piezas soldadas de metal de la unidad y no incluye ninguna pieza desmontable.)

MOTOR • DE POR VIDA
Horizon Fitness garantiza al propietario original, de por vida, el motor contra defectos de fabricación y materiales, siempre y cuando el aparato permanezca en posesión del propietario original. Ni la mano de obra ni la instalación de motores está cubierta por la garantía de los motores.

PIEZAS Y COMPONENTES ELECTRÓNICOS • 1 AÑO (T203 = 2 AÑOS)
Horizon Fitness garantiza los componentes electrónicos y todas las piezas originales durante un periodo de 1 año (T203 = 2 años) a partir de la fecha de adquisición original, siempre y cuando el aparato permanezca en posesión del propietario original.

MANO DE OBRA • 1 AÑO
Horizon Fitness deberá cubrir los costos de mano de obra de las reparaciones al aparato durante un periodo de 1 año a partir de la fecha de adquisición original, siempre y cuando el aparato permanezca en posesión del propietario original.

EXCLUSIONES Y LIMITACIONES

A quién protege esta garantía:

- Al propietario original y la garantía no es transferible.

QUÉ protege esta garantía:

- La reparación o el cambio de un motor defectuoso, de componentes electrónicos defectuosos, o de piezas defectuosas, y es el único recurso de esta garantía.

QUÉ NO protege esta garantía:

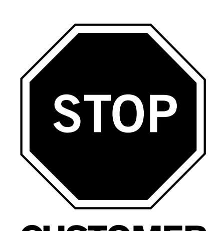
- El desgaste normal, el ensamblaje o el mantenimiento incorrecto, o la instalación de piezas o de accesorios que originalmente no tenían el propósito o la compatibilidad con el equipo al momento de su venta.
- Daños o fallos debido a un accidente, maltrato, corrosión, decoloración de pintura o de plástico, negligencia, robo, vandalismo, incendio, inundación, viento, relámpagos, congelación, u otras causas naturales de cualquier tipo, falta, fluctuaciones o reducción de corriente por cualquier causa, condiciones atmosféricas anormales, choques, introducción de objetos extraños dentro de la unidad cubierta, o modificaciones no autorizadas o no recomendadas por Horizon Fitness.
- Daños incidentales o resultantes. Horizon Fitness no es responsable de daños indirectos, especiales o resultantes, pérdidas económicas, pérdida de propiedad o de utilidades, pérdida de disfrute o de uso, u otros daños resultantes de cualquier naturaleza en relación con la adquisición, el uso, la reparación o el mantenimiento del equipo. Horizon Fitness no ofrece compensación monetaria ni de otro tipo por dichas reparaciones ni costos de reemplazo de

piezas, incluso pero sin limitarse a cuotas de membresía en gimnasios, tiempo perdido de trabajo o labores, servicio de diagnóstico, servicio de mantenimiento o transporte.

- El equipo al que se le dé uso con propósitos comerciales o cualquier otro propósito que no sea en el hogar de una sola familia, a menos que Horizon Fitness lo haya aprobado.
- Equipo guardado o usado fuera de los EE.UU. o Canadá.
- Entrega, ensamblaje, instalación, configuración de unidades originales o de reemplazo, o mano de obra u otros costos asociados con el retiro o el reemplazo de la unidad bajo garantía.
- Cualquier intento de reparar este equipo contiene el riesgo de lesiones. Horizon Fitness no es responsable de daños, pérdidas o responsabilidad que surja de lesiones personales sufridas durante el curso de, o como resultado de, cualquier reparación o intento de reparación de su equipo de acondicionamiento físico por cualquier persona que no sea técnico de un servicio autorizado. Todas las reparaciones que usted intente hacer en su equipo de acondicionamiento físico las hace A SU PROPIO RIESGO y Horizon Fitness no será responsable por ninguna lesión a personas o propiedad que surjan de dichas reparaciones.
- Si ya se le ha acabado la garantía del fabricante pero cuenta con una extensión de garantía, consulte su contrato de extensión de garantía para obtener información de contacto con respecto a solicitudes de servicio o reparación bajo la extensión de la garantía.

SERVICIO Y DEVOLUCIONES

- Hay servicio a domicilio sólo a menos de 240 km del proveedor de servicio autorizado más cercano (a distancias mayores de 240 km de un proveedor de servicio autorizado la responsabilidad es del cliente).
- Horizon Fitness debe autorizar con anterioridad todas las devoluciones.
- La obligación de Horizon Fitness de acuerdo a esta garantía se limita a cambiar o a reparar, a opción de Horizon Fitness, el producto por el mismo modelo o por uno similar
- Horizon Fitness puede solicitar que los componentes defectuosos sean devueltos a Horizon Fitness una vez que se complete el servicio bajo garantía, por medio de una etiqueta de devolución prepagada. Si se le ha solicitado que devuelva las piezas y no recibe la etiqueta de devolución, comuníquese con el Servicio de Asistencia Técnica a Clientes.
- En ocasiones se pueden suministrar piezas y componentes electrónicos que Horizon Fitness o sus proveedores reacondicionen a un “estado equivalente al nuevo” como piezas de reemplazo bajo garantía, y esto constituye cumplimiento con los términos de la garantía.
- Esta garantía le otorga derechos legales específicos, y sus derechos pueden variar de estado a estado.



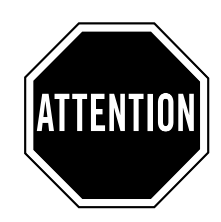
CUSTOMER TECH SUPPORT

DO NOT RETURN TO THE RETAILER if you have any problems during assembly or if parts are missing.

For fast and friendly service, please contact one of our trained customer technicians via phone, email or our website.

We want to know if you have a problem and we want to have an opportunity to correct it for you.

NOTE: Please read the TROUBLESHOOTING section in the TREADMILL GUIDE before contacting Customer Tech Support. Additional product information is available on our website.



SERVICE DE SOUTIEN TECHNIQUE À LA CLIENTÈLE

En cas de difficulté lors de l'assemblage ou si des pièces manquent, **NE PAS RENVOYER L'APPAREIL AU DÉTAILLANT.**

Pour un service rapide et amical, communiquer avec un de nos techniciens qualifiés, par téléphone, courriel ou notre site Web.

Horizon Fitness tient à ce qu'on lui signale tout problème d'utilisation, afin de pouvoir y remédier.

REMARQUE : Lire la section DÉPANNAGE du GUIDE DU TAPIS ROULANT avant de contacter le service de soutien technique à la clientèle. Pour plus ample information sur le produit, visiter notre site Web.



SERVICIO DE ASISTENCIA TÉCNICA A CLIENTES

Si tiene problemas durante el ensamblaje o si le faltan piezas **NO DEVUELVA ESTE APARATO AL VENDEDOR MINORISTA.**

Para obtener servicio rápido y amable, comuníquese por teléfono, correo electrónico o a través de nuestro sitio en Internet con alguno de nuestros técnicos capacitados en ayuda a clientes.

Nos interesa saber si usted tiene algún problema y queremos tener la oportunidad de corregir la situación.

NOTA: Antes de comunicarse con el servicio de asistencia técnica a clientes, lea la sección de RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS en la GUÍA DE LA CAMINADORA. Puede encontrar información adicional del producto en nuestro sitio en Internet.



USA: 1-800-244-4192 comments@horizonfitness.com
CAN: 1-877-922-6234 ctsupport@horizonfitness.com
www.horizonfitness.com

Horizon Fitness
1600 Landmark Drive,
Cottage Grove WI, 53527